

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**KIZZY FERNANDES ANTUALPA**

---

---

**CENTROS DE TREINAMENTO DE  
GINÁSTICA RÍTMICA NO BRASIL:  
estrutura e programas**

---

---

Campinas  
2011

**KIZZY FERNANDES ANTUALPA**

---

---

**CENTROS DE TREINAMENTO DE  
GINÁSTICA RÍTMICA NO BRASIL:  
estrutura e programas**

---

---

Dissertação de Mestrado apresentada à Pós-Graduação da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas para obtenção do título de Mestre em Educação Física na Área de Concentração da Ciência do Desporto.

**Orientador: Roberto Rodrigues Paes**

Campinas  
2011

## FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA BIBLIOTECA FEF - UNICAMP

An89c Antualpa, Kizzy Fernandes.  
Centros de treinamento de ginástica rítmica no Brasil: estrutura e programas / Kizzy Fernandes Antualpa. - Campinas, SP: [s.n], 2011.

Orientador: Roberto Rodrigues Paes.  
Dissertação (mestrado) – Faculdade de Educação Física,  
Universidade Estadual de Campinas.

1. Ginástica rítmica. 2. Ginástica – treinamento. 3. Pedagogia. 4. Esporte. 5. Treinamento esportivo. I. Paes, Roberto Rodrigues. II. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física. III. Título.

(asm/fef)

**Título em inglês:** Rhythmic. Gymnastics trainings center in Brazil: structure and programs.  
**Palavras-chaves em inglês (Keywords):** Rhythmic gymnastic. Gymnastic - Training. Sports  
Pedagogy. Sportive training.

**Área de Concentração:** Ciência do Desporto.

**Titulação:** Mestrado em Educação Física.

**Banca Examinadora:** Roberto Rodrigues Paes. Laurita Marconi Schiavon. Ligia Andréa Pereira  
Gonçalves.

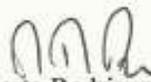
**Data da defesa:** 24/02/2011.

**Programa de Pós-Graduação:** Educação Física.

**KIZZY FERNANDES ANTUALPA**

**CENTROS DE TREINAMENTO DE GINÁSTICA RÍTMICA  
NO BRASIL:  
ESTRUTURA E PROGRAMAS**

Este exemplar corresponde à redação final da  
Dissertação de Mestrado defendida por Kizzy  
Fernandes Antualpa e aprovada pela Comissão  
julgadora em: 24/02/2011.



Roberto Rodrigues Paes  
Orientador

Campinas  
2011



**COMISSÃO JULGADORA**

Roberto Rodrigues Paes  
Orientador



Profª. Drª. Laurita Marconi Schiavon



Profª. Drª. Ligia Andréa Pereira Gonçalves



# Dedicatória

*Dedico este trabalho aos meus pais, pessoas amadas que uma vez disseram: “sonhe, pois estaremos aqui para sonhar com você”.*



# Agradecimentos

*Primeiramente gostaria de agradecer a todos os dirigentes, coordenadores, técnicos e ginastas dos centros de treinamento que colaboraram com este estudo, pois sem seu apoio, este não seria possível.*

*À UNOPAR, local que fez parte de minha história, e hoje mais uma vez me auxilia no cumprimento de um novo ciclo.*

*À parceria **Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI**, e aos seus profissionais, que me acolheram com carinho, e provaram que vale à pena sonhar. Um agradecimento especial ao **Dr. Pedrinho Furlan**, pelo apoio e amizade conquistados neste trajeto.*

*À **Confederação Brasileira de Ginástica**, e ao **Centro Nacional de Treinamento de Aracaju (SE)**, que além de fazerem parte deste estudo, me proporcionaram um retorno ao passado, uma estadia no presente e uma viagem ao futuro da nossa Ginástica Rítmica.*

*Agradeço ao meu orientador, **Roberto Rodrigues Paes**, exemplo de professor e mestre, que me acolheu no início do processo, e esteve sempre ao meu lado, abrindo portas, caminhos e me impulsionando para mais essa conquista. Espero, de coração, ter correspondido à altura... Professor, muito obrigada!*

*À professora **Laurita Marconi Schiavon**, pelas conversas, oportunidades, sugestões e contribuições. Obrigada por fazer parte deste momento.*

*À professora **Elizabeth Paoliello**, que me viu ginasta, graduada e agora quase mestre. Obrigada pela sabedoria e apoio, obrigada por me ajudar a crescer.*

*À professora **Ligia Andréa Pereira Gonçalves** meus agradecimentos por aceitar fazer parte de minha banca, e por acreditar na ginástica brasileira.*

*À minha pequena, **Mary Lú**, meu espelho, meu porto, meu tesouro. Obrigada por me permitir ser a pessoa que sou hoje. Obrigada por seu olhar, pelo seu tempo, e acima de tudo, obrigada por ser minha mãe!!!!*

*Ao meu querido pai, **Manú**, que do seu jeitinho se manteve ao meu lado, me cuidando e me apoiando. Obrigada pelas distrações, pelos almoços e jantares, e por ser esse pai maravilhoso que você é!*

*Ao **João Paulo**, meu quase marido, por simplesmente estar ao meu lado. Agradeço pelo seu apoio, por sua compreensão e incentivo nesta fase da minha vida. Obrigada pelas revisões do texto, pelas dúvidas e sugestões. Obrigada por ser meu companheiro...*

*À minha cunhada querida, **Tati**, por conceder seu tempo e seu conhecimento para revisar o texto com tanto carinho.*

*Aos meus amigos do Grupo de Pesquisa em Ginástica, pelas contribuições e sugestões.*

*À Secretaria Municipal Adjunta de Esportes de Jundiaí, ao **Sr. Secretário Prof. Alaércio Borelli** e aos diretores, **Prof. Norival e Luiz Zambom**, por me permitirem viver mais esse sonho.*

*Às amigas, **Tici, Ana, Paula Pur, Flora, Juh Quaggio, Lia, Mari Goes, Mel, Cin**, por estarem ao meu lado, compreenderem as ausências, os estresses, o sono, e por acreditarem em mim...*

*À família... que de onde estiverem, sei que estão olhando por mim...*

*Às minhas ginastas, de Campinas (**Mah, Mari, Le, Kah, Gabi, Thais, Isa, Leiloca, Ju, Camila e Malula**), e de Jundiaí, pequenas, médias e conjunto (**Carol, Cá, Dê, Gee, Gabi G., Nati**), por fazerem parte desta etapa. Por se dedicarem e me mostrarem que a ginástica rítmica vale a pena!!!*

*Por fim, agradeço a todos aqueles que de alguma forma contribuíram para este estudo...*

*O meu “Muito Obrigada”!!!!*

ANTUALPA, Kizzy Fernandes. **Centros de treinamento de ginástica rítmica no Brasil: estrutura e programas.** 2011. 188f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2011.

## **RESUMO**

Com o objetivo de conhecer e descrever o contexto dos centros de treinamento (CT) em ginástica rítmica (GR), o presente estudo buscou analisar suas estruturas e programas. Os primeiros tópicos trataram da revisão de temas importantes da área das Ciências do Esporte, buscando embasar o conhecimento sobre as formas de organização e composição dos treinos, e aliá-los aos conceitos trazidos pela modalidade ginástica rítmica. Discorreu-se sobre o fenômeno social esporte, delineando suas concepções. Seguindo-se o marco teórico, tratou-se da pedagogia do esporte relacionada à iniciação e ao treinamento esportivo. O terceiro tópico tratou da GR propriamente dita, apresentando suas características, assim como o panorama histórico e organizacional. O quarto tópico discutiu os centros de treinamento, contextualizando o tema objeto do presente estudo, e configurando seu cenário no país. Utilizou-se a pesquisa quantitativa e a qualitativa, a fim de suprir as necessidades do estudo, essas foram realizadas através da observação não participante e aplicação de questionários aos sujeitos atuantes nos centros. Por fim, tratou-se, no texto, da coleta e discussão dos dados, sobre a estrutura física e organizacional dos centros de treinamento, bem como sobre o conteúdo de treino neles observado. Neste tópico, também foram analisados dados obtidos através de questionários respondidos pelos sujeitos atuantes nos centros. Acredita-se que as respostas obtidas pela pesquisa de campo e questionários auxiliam na visualização do processo de iniciação, especialização e treinamento defendido pelos centros de treinamento, pois é a partir desta iniciativa que a modalidade se estabeleceu para atletas, família, e outros personagens, impulsionando consequentemente a prática da GR.

**Palavras-Chaves: Ginástica Rítmica; Ginástica - treinamento; Pedagogia do Esporte; Treinamento Esportivo**



ANTUALPA, Kizzy Fernandes. **Rhythmic gymnastics training centers in Brazil: structure and programs.** 2011. 188f. Dissertação (Mestrado em Educação Física)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2011.

## **ABSTRACT**

Aiming at getting to know and describing the context of rhythmic gymnastics (RG) training centers (TC), the present study analyzed its structures and programs. The first topics dealt with the review of important areas of Sports Sciences, trying to support the knowledge on the training organization and composition, and align it to concepts brought from rhythmic gymnastics. The discussion was based on sports as a social phenomenon, outlining its conceptions. After analyzing the theoretical mark, the discussion covered sports pedagogy related to the initiation and training in sports. The third topic discussed was RG itself, presenting its characteristics as well as a historical and organizational overview. The fourth topic discussed the training centers, establishing the scenario of the topic object of this study, and defining the existing scenario in our country. Quantitative and qualitative research was conducted in order to fulfill what the study demanded, through a non participative observation and questionnaires completed by the subjects who work in the training centers. Finally, the text discusses the data collection and discussion on physical and organizational structure of the training centers, as well as on the content observed in the training sections. During this topic, data obtained through the questionnaires were also analyzed. It is believed that the response obtained from the field observation research and the answers from the questionnaires help visualize the process of initiation, specialization and training defended by the training centers, since it was from this initiative that this sport was established for athletes, their families and other people involved, thus stimulating RG practice.

**Keywords: Rhythm Gymnastics; Gymnastic - Training; Sports Pedagogy; Sportive Training**



## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1:</b> Estatueta produzida na Grécia Antiga em terracota representando o escravo pedagogo. Fonte:( <a href="http://pt.wikipedia.org/wiki/Pedagogia">http://pt.wikipedia.org/wiki/Pedagogia</a> ).....	33
<b>Figura 2:</b> Esporte Contemporâneo: Cenários, personagens e significados. Fonte: Galatti (2010)	35
<b>Figura 3:</b> Estágios dos processos de identificação e desenvolvimento de talentos. (Vayens et al., 2008) .....	52
<b>Figura 4:</b> Personagens inseridos na rede de relações entre a criança e o esporte. Fonte: (TANI, 2001) .....	56
<b>Figura 5:</b> Representação esquemática do processo de especialização. Fonte: Balbino (2001) ....	59
<b>Figura 6:</b> Ginasta executando afastamento ântero-posterior maior que 180°. Fonte: <a href="http://thegreatfitnessexperiment.blogspot.com/2009/03/how-to-put-gym-back-into-gymnastics-and.html">http://thegreatfitnessexperiment.blogspot.com/2009/03/how-to-put-gym-back-into-gymnastics-and.html</a> .....	75
<b>Figura 7:</b> Localização das federações estaduais de Ginástica e a quantidade de entidades filiadas em cada uma delas. Fonte: Schiavon (2009) .....	82
<b>Figura 8:</b> Estados que possuem o programa da CBG/CEF. Fonte: CBG, 2010. ....	85
<b>Figura 9:</b> Gráfico de aplicação de recursos – Lei Agnelo/Piva. Fonte: COB, 2010.....	102
<b>Figura 10:</b> Imagens do espaço físico pertencente ao Projeto Permanente de Extensão - UNOPAR. Fonte: autora (2010) .....	105
<b>Figura 11:</b> Imagens dos materiais presentes no Centro de Treinamento do Projeto Permanente de Extensão - UNOPAR. Fonte: autora (2010) .....	106
<b>Figura 12:</b> Imagens do espaço salas pertences ao Centro de Excelência no Treinamento da Ginástica Rítmica – Sadia. Fonte: autora (2010) .....	114
<b>Figura 13:</b> Espaço físico do Centro de Excelência no Treinamento da Ginástica Rítmica – Sadia. Fonte: autora (2010).....	115
<b>Figura 14:</b> Imagem dos materiais presentes no Centro de Excelência no Treinamento da Ginástica Rítmica – Sadia. Fonte: autora (2010) .....	116
<b>Figura 15:</b> Imagens do espaço físico pertencentes ao Centro Nacional de Treinamento em Ginástica Rítmica – Aracaju (SE). Fonte: autora (2010).....	122
<b>Figura 16:</b> sistema de erros e acertos – elementos isolados – Seleção Brasileira de conjunto.Fonte: instrumentação pessoal (Nedialkova, 2010).....	124
<b>Figura 17:</b> Respostas dos questionários aos profissionais – Dados profissionais. ....	128
<b>Figura 18:</b> Respostas dos questionários dos profissionais – Tempo de Atuação. ....	129
<b>Figura 19:</b> Respostas dos questionários aos profissionais – Experiência Prática.....	130
<b>Figura 20:</b> Respostas dos questionários dos profissionais – Categorias dos Centros.....	133

<b>Figura 21:</b> Respostas dos questionários aos profissionais – Capacidades Físicas.....	134
<b>Figura 22:</b> Respostas dos questionários aos profissionais – Metodologia de ensino. ....	136
<b>Figura 23:</b> Respostas dos questionários – Participação em competições.....	137
<b>Figura 24:</b> Respostas aos questionários dos profissionais – Provas.....	140
<b>Figura 25:</b> Respostas dos questionários aos profissionais – Experiências Anteriores. ....	141
<b>Figura 26:</b> Respostas dos questionários aos profissionais – Necessidades de melhorias.....	142
<b>Figura 27:</b> Respostas dos questionários aos alunos – Idade das Atletas. ....	144
<b>Figura 28:</b> Respostas dos questionários aos alunos – Idade da iniciação.....	145
<b>Figura 29:</b> Respostas dos questionários aos alunos – Local de Iniciação/UNOPAR.....	146
<b>Figura 30:</b> Respostas dos questionários aos alunos – Local de Iniciação/Sadia/SESI/PM de Toledo. ....	147
<b>Figura 31:</b> Respostas dos questionários aos alunos – Local de Iniciação/Seleção Brasileira de GR.....	148
<b>Figura 32:</b> Respostas dos questionários aos alunos – Influência dos personagens. ....	149
<b>Figura 33:</b> Respostas dos questionários aos alunos – Motivo da prática. ....	151
<b>Figura 34:</b> Resposta dos questionários aos alunos – Aparelho preferido.....	153
<b>Figura 35:</b> Resposta dos questionários aos alunos – Experiências Anteriores.....	156

## LISTA DE QUADROS

<b>Quadro 1:</b> Classificação de Jogos, Esportes e Práticas Motrizes .....	30
<b>Quadro 2:</b> Idades recomendadas pelos autores para iniciação esportiva em certas modalidades	39
<b>Quadro 3:</b> categorias de menores e faixas etárias nos esportes individuais.....	39
<b>Quadro 4:</b> Diretrizes para o caminho rumo à especialização .....	41
<b>Quadro 5:</b> Sistemas e números de competições para menores.....	42
<b>Quadro 6:</b> Participação Brasileira em Campeonatos Pan-americanos e Jogos Olímpicos.....	67
<b>Quadro 7:</b> Ginastas da seleção permanente de 2010 e suas localidades. ....	69
<b>Quadro 8:</b> Pontuação referente aos testes para uma atleta de 6 anos de idade.....	74
<b>Quadro 9:</b> Resultados das entidades em Torneios Nacionais e Campeonatos Brasileiros em 2009 e 2010.....	83
<b>Quadro 10:</b> Programa de treino da pré-equipe – UNOPAR 2010.....	108
<b>Quadro 11:</b> Programa de treino da equipe pré-infantil – UNOPAR 2010. ....	110
<b>Quadro 12:</b> Programa de treino das equipes infantil e juvenil – UNOPAR 2010.....	112
<b>Quadro 13:</b> Estrutura do microciclo – Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI.....	118
<b>Quadro 14:</b> Programa de treino – Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI.....	120
<b>Quadro 15:</b> Programa de treino – Seleção Brasileira permanente de Conjunto.....	123



## LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

<b>CBG</b>	Confederação Brasileira de Ginástica
<b>CEF</b>	Caixa Econômica Federal
<b>CEI</b>	Comunidade dos Estados Independentes
<b>CENESP</b>	Centro de Excelência Esportiva
<b>CLT</b>	Consolidação das Leis do Trabalho
<b>CNT</b>	Centro Nacional de Treinamento
<b>COB</b>	Comitê Olímpico Brasileiro
<b>COI</b>	Comitê Olímpico Internacional
<b>CT</b>	Centro de Treinamento
<b>D1</b>	Dificuldade Corporal
<b>D2</b>	Dificuldade de Aparelho
<b>EF</b>	Educação Física
<b>FEF</b>	Faculdade de Educação Física
<b>FIG</b>	Federação Internacional de Ginástica
<b>FNP</b>	Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva
<b>GA</b>	Ginástica Artística
<b>GG</b>	Ginástica Geral
<b>GR</b>	Ginástica Rítmica
<b>GTR</b>	Ginástica de Trampolim
<b>GTR</b>	Ginástica de Trampolim
<b>JO</b>	Jogos Olímpicos

<b>MLS</b>	Mãos Livres
<b>MMII</b>	Membros Inferiores
<b>MMSS</b>	Membros Superiores
<b>ODEPA</b>	Organização Desportiva Pan-americana
<b>PAF</b>	Projeto Atleta do Futuro
<b>PE</b>	Pedagogia do Esporte
<b>PFE</b>	Preparação Física Específica
<b>PFG</b>	Preparação Física para Ginastas
<b>PGE</b>	Preparação Física Geral
<b>RML</b>	Resistência Muscular Localizada
<b>RSG</b>	Rhythmic Gymnastic
<b>UDESC</b>	Universidade do Estado de Santa Catarina
<b>UEL</b>	Universidade Estadual de Londrina
<b>UFMG</b>	Universidade Federal de Minas Gerais
<b>UFRGS</b>	Universidade Federal do Rio Grande do Sul
<b>UFSM</b>	Universidade Federal de Santa Maria
<b>UNESP</b>	Universidade Estadual Paulista
<b>UNICAMP</b>	Universidade Estadual de Campinas
<b>UNIPAR</b>	Universidade do Paraná
<b>UNOPAR</b>	Universidade do Norte do Paraná
<b>UPAG</b>	União Panamericana de Ginástica
<b>URSS</b>	União das Repúblicas Socialistas Soviéticas
<b>USP</b>	Universidade Estadual de São Paulo

# SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.</b>	23
<b>2 ESPORTE</b>	29
2.1 Pedagogia do Esporte	32
2.2 Pedagogia do Esporte e Iniciação	36
2.3 Pedagogia do Esporte e Treinamento Esportivo	43
2.4 Seleção de talentos	51
2.5 Especialização Precoce	54
<b>3 GINÁSTICA RÍTMICA</b>	61
3.1 História e Organização	62
3.2 Pedagogia do Esporte: considerações acerca da pedagogia em ginástica rítmica	70
3.3 Pedagogia do Esporte: considerações acerca do treinamento esportivo em ginástica rítmica.	76
<b>4 CENTRO DE TREINAMENTO</b>	81
<b>5 MÉTODOS</b>	89
<b>6 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS DADOS</b>	93
6.1 Apresentação dos Centros de Treinamento	93
6.1.1 Universidade do Norte do Paraná – UNOPAR (PR)	93
6.1.2 Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI (PR)	97
6.1.3 Centro Nacional de Treinamento de Ginástica Rítmica – CNT (SE)	100
6.2. Diário de Campo	104
6.2.1 UNOPAR (PR)	104
6.2.2 Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI (PR)	113
6.2.3 CNT (SE)	121
6.3 Questionários	127
6.3.1 Profissionais	128
6.3.2 Alunos/Atletas	142
<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b>	159
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	165
<b>Anexos</b>	173
<b>Apêndice</b>	181



# 1 INTRODUÇÃO

O esporte é fenômeno de repercussão mundial, cuja inserção sócio-cultural e ascensão social vêm crescendo ao longo dos anos. A Ginástica Rítmica (GR), como modalidade esportiva única e complexa, também segue esse padrão de desenvolvimento e busca a cada dia ampliar formas de divulgação, de massificação e democratização da cultura esportiva. Para compreendê-la como prática é imprescindível conhecer sua lógica interna, identificando maneiras de planificar os treinamentos e intervenções, como vem sendo realizado por inúmeros pesquisadores desta modalidade (ARCE; PALMEIRO, 1998; LAFFRANCHI, 2001, 2005; PAOLIELLO; TOLEDO, 2010; entre outros), buscando-se formas para que os trabalhos realizados por técnicos e outros profissionais da modalidade sejam coerentes aos objetivos a serem alcançados.

Aliada a esta perspectiva acima exposta, soma-se a vivência desta pesquisadora como ex-ginasta de seleção brasileira, técnica da modalidade, árbitro estadual de ginástica rítmica e a inquietação para que haja uma evolução da modalidade no país, nasce a idéia da pesquisa: descrever a estrutura organizacional dos centros de treinamento no Brasil, buscando assim informações sobre o processo de formação de ginastas brasileiras.

Assim, partindo-se do princípio de que a GR é, ainda, prática recente<sup>1</sup>, encontra-se a necessidade de realização de estudos que possibilitem um embasamento teórico mais aprofundado sobre tal modalidade.

A maioria das pesquisas realizadas a respeito da ginástica rítmica gira em torno das formas de trabalho na iniciação esportiva (CAÇOLA, 2005; BARROS; NEDIALCOVA, 1998; PALMER, 2003), ou seja, em torno de quais movimentos seriam os mais adequados na iniciação e como estes deveriam ser trabalhados pelos professores e alunos. No entanto, poucas são as pesquisas referentes ao treinamento esportivo na ginástica rítmica, existindo trabalhos escassos sobre o tema (ARCE; PALMEIRO, 1998; LAFFRANCHI, 2001, 2005), o que torna a modalidade extremamente vinculada às suposições dos profissionais que trabalham na área.

Na tentativa de contrapor (ou até mesmo consolidar) as hipóteses cogitadas pelos profissionais da área da ginástica, o estudo busca observar as diversas maneiras pela qual a GR é

---

<sup>1</sup> Considera-se uma modalidade recente, pois esta foi criada em 1962, como tratado no tópico 3, a respeito da ginástica rítmica.

trabalhada em alguns centros de treinamento (CT) do país, a fim de, no futuro, compreender a diferenciação entre a ginástica rítmica brasileira e a praticada no exterior.

A ginástica rítmica brasileira vem evoluindo a cada ano, sendo que, atualmente, ela é considerada emergente no cenário internacional, possuindo boas colocações na modalidade de conjunto e apresentando algumas atletas com clara possibilidade de crescimento na modalidade individual. No entanto, apesar dessa evolução, a ginástica brasileira ainda depende da vinda de técnicos estrangeiros, de estágios de suas atletas em centros de alto rendimento europeu, além de outras formas de intercâmbio. Verifica-se, inclusive, a retratação deste fato por Lebre (1993), ao questionar em sua pesquisa, qual seria o modelo adequado para que as coreografias das ginastas nacionais (portuguesas) se aproximassem dos apresentados em competição pelas ginastas de destaque em nível internacional.

Portanto, na busca de conhecer o modelo organizacional brasileiro atual, e na tentativa de compreender posteriormente diferença de rendimento entre as ginastas brasileiras e estrangeiras, buscou-se através deste estudo compreender a organização dos centros de treinamento no Brasil, conhecendo os sujeitos atuantes, o conteúdo de treino e a estrutura física dos locais. Para isso foram traçados algumas metas.

O objetivo geral dessa pesquisa é conhecer e descrever o ambiente dos centros de treinamento de ginástica rítmica e, para tanto, direcionaram-se os seguintes objetivos específicos:

1. Verificar a estrutura física dos centros de treinamento com inspeções aos locais;
2. Conferir a organização dos centros através de relatos e busca documental;
3. Verificar o perfil dos profissionais presentes em cada centro<sup>2</sup>;
4. Conhecer de forma introdutória o processo de seleção de atletas e o perfil das mesmas;
5. Registrar e analisar o conteúdo do treinamento.

---

<sup>2</sup> Para este objetivo foram considerados todos os profissionais presentes nos centros de treinamento, no entanto para um futuro artigo/trabalho serão considerados de forma separada.

Apesar da evolução quanto ao desempenho esportivo desta modalidade, a prática da ginástica rítmica apresenta carência de publicações, em decorrência dos poucos pesquisadores, da falta de interesse dos mesmos, ou ainda, devido ao distanciamento das universidades em relação aos órgãos que regem as modalidades esportivas no país.

Para argumentar de forma coerente sobre a maneira como a modalidade é desenvolvida no país, verifica-se a necessidade de observar os principais locais onde a mesma é realizada, buscando unir informações acerca do processo de formação das ginastas brasileiras. E conseqüentemente, auxiliar na produção de conhecimento sobre os parâmetros que caracterizam o contexto dos treinamentos e dos procedimentos pertencentes aos centros de treinamento em ginástica rítmica, acrescentando para a ampliação de estudos na área da pedagogia da iniciação e treinamento esportivo.

Portanto, este estudo se justifica, no âmbito acadêmico, pela possível contribuição de registros acerca do processo de formação de ginastas, da estrutura e do conteúdo de treinamento, servindo assim de base para outras pesquisas. Em relação ao treinamento esportivo, a pesquisa é justificada pela divulgação do conteúdo trabalhado nos centros de treinamento, relatando parte do processo de formação esportiva dentro dos mesmos, e podendo tornar-se objeto de referência para outros treinadores com pouco acesso a essas informações.

Assim, a democratização da cultura esportiva torna-se imprescindível para se conhecer a lógica interna de uma modalidade, neste caso a GR, possibilitando compreendê-la como prática, bem como planificar seus treinamentos e intervenções, buscando uma maneira de que essas sejam coerentes aos objetivos a serem alcançados.

Os sujeitos do presente estudo se referem a atletas e profissionais atuantes em três centros de treinamento em ginástica rítmica no Brasil, cuja escolha tomou por base critérios simples, que objetivaram colaborar para a criação de futuros centros no Brasil. Os critérios foram baseados em “pioneirismo”<sup>3</sup>, resultado de atletas em competições nacionais e a presença de ginastas representantes da seleção brasileira de ginástica rítmica.

As ferramentas das pesquisas qualitativa e quantitativa, permitiram contemplar as diversas possibilidades de ação dos centros de treinamento sobre o rendimento dos atletas a eles vinculados; a pesquisa qualitativa foi sustentada pela documentação indireta e a pesquisa

---

<sup>3</sup> Pioneirismo, para o contexto deste estudo, significa ser o primeiro a ter uma organização específica e exclusiva para a prática da ginástica rítmica.

bibliográfica, que buscará dados de diversas fontes a fim de sustentar o campo de interesse do estudo. Utilizou-se também a documentação direta, constituída pelo levantamento de dados no próprio local em que os fenômenos ocorreram. E que, neste trabalho, dizem respeito aos dados obtidos dentro da pesquisa de campo, objetivando conseguir informações acerca dos centros de treinamento em ginástica rítmica.

Para o andamento desse estudo, foram seguidos os passos sugeridos por autores reconhecidos da metodologia da pesquisa científica (BEZZON, 2009; MARCONI; LAKATOS, 2003, 2008, 2009; MARTINS, 2007) na realização da pesquisa de campo. Inicialmente foi realizada a pesquisa bibliográfica, sobre os temas relevantes ao estudo em questão, e posteriormente foi efetuada a pesquisa de campo, na qual se utilizou o estudo de descrição de população, por ser um estudo quantitativo-descritivo, com função de descrever tanto características quantitativas de populações, organizações, etc. (MARCONI; LAKATOS, 2008), como aspectos qualitativos, a exemplo de atitudes e opiniões.

Para o cumprimento deste trabalho também foram empregados questionários aos técnicos e atletas atuantes nos centros e, concomitantemente, foi realizada a observação não participante através de captura de imagens e de dados do cotidiano do local através do diário de campo.

Por fim, após a determinação das técnicas de registro dos dados, houve a análise de conteúdo (BARDIN, 2001), organizando-se os dados encontrados a partir dos questionários.

O plano de redação tratou de discursar sobre o tema, traçando um mapa conceitual indicando questões a serem acometidas pelas Ciências do Esporte nesta pesquisa. O primeiro tópico faz uma abordagem do tema esporte, e suas manifestações quanto à pedagogia do esporte no âmbito da iniciação e do treinamento esportivo. Outros sub-campos percorridos neste tópico tratam dos temas seleção de talentos e especialização precoce, assuntos de extrema importância no discurso das Ciências do Esporte e na Ginástica Rítmica.

O segundo assunto articula a respeito da modalidade ginástica rítmica, foco principal da pesquisa, e dos aspectos referentes à contextualização histórica, à pedagogia da iniciação e ao treinamento nesta prática, para que se possa traçar uma linha de compreensão lógica do exercício desta modalidade. O terceiro tópico refere-se aos centros de treinamento, buscando demonstrar como estes são apresentados no cenário nacional, as diversas formas de organização que os

compõem e qual a relação atual destas formas de atuação esportiva com a ginástica rítmica brasileira.

À seguir trata-se dos métodos de pesquisa utilizados para o andamento do estudo. Por fim, são apresentados e discutidos os dados obtidos nas visitas realizadas aos centros de treinamento pré-selecionados, demonstrando o tratamento dos dados encontrados nos questionários aplicados e no diário de campo, e posteriormente a correlação com os argumentos obtidos através da documentação direta.



## 2 ESPORTE

O esporte é um dos principais e mais trabalhados conteúdos da educação física (EF) tanto na educação formal quanto na não formal. Além disso, é tido como um dos maiores fenômenos da atualidade, envolvendo cada vez mais pessoas nas suas diversas possibilidades de manifestação, seja atuando como praticantes, observadores, espectadores, tele-espectadores, estudiosos, cientistas e profissionais de diversos segmentos, o que, por sua vez, faz com que seja praticado, estudado, debatido e ensinado em diversos contextos, manifestando-se na sociedade de diferentes maneiras, gerando, assim, uma pluralidade de significados.

De acordo com Paes (2006), o esporte, enquanto fenômeno social, tem grande abrangência e profundidade e conseqüentemente, pode ter um tratamento pedagógico direcionado aos aspectos educacionais.

O marco da configuração do Esporte Moderno foi a retomada dos Jogos Olímpicos e dos ideais a ele ligados. O francês Pierre de Coubertin instituiu, em 1896, os Jogos Olímpicos da Era Moderna, internacionalizando o esporte a partir de ideais comuns, o que propiciou a internacionalização das regras, massificação e aproximação do esporte de seus promotores, praticantes e espectadores por todo o mundo.

Portanto, o esporte sistematizado, da forma como é conhecido hoje, teve sua origem entre os séculos XVIII e XIX na Europa, advindo das transformações produzidas pela revolução industrial. Nessa época, devido aos incentivos gerados pela ideologia capitalista, os jogos passaram de simples momentos de lazer para jogos que visavam os resultados, com suas estruturas definidas. Da mesma forma, foi legitimada a prática esportiva que passou dos simples campeonatos para as confederações esportivas (BETTI, 1997).

Atualmente, o esporte pode ser considerado como uma das manifestações culturais que mais têm apresentado transformações, tanto de ordem técnica como no que se refere à forma de exposição e absorção pela sociedade (MARQUES, 2009).

Presentemente a sociedade discute o esporte como fenômeno sociocultural universal, que transcende barreiras econômicas, políticas, religiosas e sociais, alcançando a maioria das populações. Considerando sua pluralidade, portanto, identificam-se diversos contextos para a manifestação do esporte: o profissional, o esporte como opção de lazer, o esporte infantil, o para-esporte, o esporte para terceira idade, o escolar, dentre outros. Galatti (2006) traz alguns

personagens deste contexto, tais como atletas profissionais, espectadores ou praticantes do esporte em seu tempo livre do trabalho, crianças, jovens e adultos que buscam aprender o esporte ou jovens e adultos que buscam especializar-se no esporte (sendo ou não necessárias adaptações para estes diferentes personagens).

Em Ribas (2008), verifica-se, conforme o trabalho de Parlebas, que as práticas motrizes (jogos esportivos) devem ser classificadas com base em um sistema de situação motriz, no qual o participante se relaciona globalmente com o espaço físico e com os outros possíveis protagonistas. Neste contexto, o autor define como protagonistas aqueles que atendem ao critério de presença ou ausência de companheiros (C) e/ou adversários (A), e o espaço de ação distinguido conforme o critério de presença ou ausência da incerteza (I) referente ao entorno físico. Essa classificação de jogos e esportes permite encontrar as principais maneiras pelas quais determinada prática solicita diferentes interações, conforme quadro explicativo:

---

#### **QUADRO 1 – Classificação de Jogos, Esportes e Práticas Motrizes**

---

##### **CRITÉRIO DE INTERAÇÃO COM OS DEMAIS (CA)**

---

- a) **Situações psicomotrizes:** correspondem àquelas situações nas quais o participante intervém sozinho, sem interagir com companheiros ou adversários
- b) **Situações sociomotrizes:** correspondem àquelas situações nas quais o participante interage com os demais
- De cooperação ou comunicação motriz: acontece com ao menos um companheiro, tratando de cooperar para conseguir junto o objetivo que os une (ex. ginástica rítmica de conjunto, patinação em dupla)
  - De oposição ou contra-comunicação motriz: realiza-se diante de um adversário que se opõe às suas ações motrizes (ex. judô, caratê, tênis, esgrima)
  - Cooperação-oposição: intervém com a elaboração de companheiros e a oposição de adversários (ex. futebol, basquetebol)
- 

##### **CRITÉRIO DE INCERTEZA COM O ENTORNO FÍSICO (I)**

---

- a) Situações em meio estável: as práticas se realizam em um meio regular, previsível, sem incerteza, portanto, domesticado, no qual o protagonista não deve se preocupar em tomar decisões a partir da leitura do entorno físico (ex. ginástica rítmica, artística, futebol)
- b) Situações em meio instável: o meio é fonte de incerteza e mostra a necessidade de ler-se constantemente o espaço da ação, processando informações, tomando decisões e adaptando-se ao meio (ex. escalada, windsurf)
- 

Fonte: Adaptado de RIBAS, 2008.

Para Tubino (2001), as dimensões sociais do esporte na atualidade são diferenciadas em três segmentos: Esporte na Escola, que é subdividido em esporte educacional e esporte escolar, Esporte Lazer, e Esporte de Rendimento. Estas dimensões do conceito contemporâneo de Esporte podem ser explicadas por princípios: o Esporte Educação pelos princípios sócio-educativos da participação, cooperação, co-educação, co-responsabilidade, da inclusão, do desenvolvimento esportivo e do desenvolvimento do espírito esportivo; o Esporte Lazer, pelo princípio do prazer; e o Esporte de Desempenho, pelo princípio da superação. Essas classificações trabalham com objetivos, princípios, referências teóricas, regras e características próprias a cada grupo, mostrando em alguns momentos semelhanças entre os grupos e suas características.

No entanto, Galatti (2006), corroborada por Paes (2002), apresenta outros seis contextos nos quais a prática esportiva se mostra consolidada: o esporte profissional, o para-esporte, o esporte escolar, a iniciação esportiva no ambiente não escolar, o esporte praticado por idosos e o esporte no tempo livre. Entretanto, ao pensar nas diversas manifestação do esporte, Coakley apud Galatti (2010) apresenta dois eixos que são baseados em poder e *performance*, e em lazer e participação.

Ainda no sentido de compreensão da prática esportiva, Paes (2002) sinaliza três significados centrais do fenômeno esportivo a partir do envolvimento como espectador ou praticante: o profissional, que condiz com a idéia defendida pelo rendimento; o lazer, que é traduzido pela participação ativa de diversos segmentos, como a diversão e outros componentes; e, por fim, o significado educacional, que é caracterizado por estar presente em todos os segmentos, embora com objetivos diversificados.

O esporte de alto rendimento, ou também chamado de esporte desempenho ou, ainda, esporte profissional, como visto anteriormente, se desenvolveu por meio de diversos valores, objetivos e princípios próprios. Essas características determinam a forma de trabalho sistematizado encontrado no meio, ou seja, a forma de treinamento (que por sua vez é composta por diferentes aspectos) e de atuação dos sujeitos de determinada prática.

É fato que cada sociedade tem seus valores, os quais variam de uma localidade para outra, mas é importante notar que o esporte assume diferentes funções sociais em cada âmbito em que é praticado. Para Betti (1997), esporte é uma ação social institucionalizada, convencionalmente regrada, que se desenvolve, com base lúdica, em forma de competição entre duas ou mais partes oponentes, ou contra a natureza. Seu objetivo é, por uma comparação de

desempenhos, designar o vencedor ou registrar o recorde, sendo seu resultado determinado pela habilidade e pela estratégia do participante, tornando-se, para este, gratificante tanto intrínseca como extrinsecamente.

Fica claro, portanto, conforme relata Bortoleto (2004), que as práticas esportivas de alto rendimento possuem, na atualidade, constantes eventos competitivos para que os atletas demonstrem suas capacidades e possam se comparar aos demais, além de permitir que novos atletas ingressem no esporte, mantendo-se, assim, a “máquina esportiva” em funcionamento.

Entretanto o tratamento do tema Esporte envolve inúmeros aspectos que são decisivos para o desenvolvimento e determinação do sucesso dos futuros atletas. A pedagogia do esporte é um dos temas que traz uma discussão referente aos procedimentos de ensino-aprendizagem das diversas modalidades, e justifica a presença de um tópico que aborde esse assunto.

## **2.1 Pedagogia do esporte**

A palavra *Pedagogia* tem origem na Grécia Antiga e sua etimologia traz seus significados: *paidós* (criança) e *agogé* (condução). Apesar da problemática da pedagogia estar presente desde a Antiguidade, foi na Grécia Clássica que o termo pedagogo surgiu realmente, fazendo alusão à sua origem, que se referia àquele que conduz, que é preceptor de seu alunos. Traz-se a idéia, portanto, de que o pedagogo é aquele que estuda o processo de transmissão do conhecimento, transformando este em patrimônio da humanidade e propiciando a realização da humanização plena nos sujeitos (GHIRALDELLI JR., 1991).



**Figura 1: Estatueta produzida na Grécia Antiga em terracota representando o escravo pedagogo.**

**Fonte: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Pedagogia>**

Galatti (2006) aborda esse tema, trazendo as considerações de Ghiraldelli Jr. (1991) e Bento (1999), pelas quais o primeiro autor mostra que a pedagogia vincula-se aos problemas metodológicos relativos ao como ensinar, ao que ensinar e, também, ao quando ensinar e para quem ensinar, e que esses fatores são responsáveis pela motivação do educador em procurar instrumentos e técnicas necessárias para o sucesso da prática educativa.

Além disso, “o ensinar bem – escorado em técnicas e estratégias – deverá ceder o lugar ao ensinar para o bem: do aluno, da sociedade, do desporto e também do professor” (BENTO, 1999), trazendo a importância da parceria ensino-aprendizagem e consequentemente da correta atuação dos profissionais participantes deste ambiente.

Gallatti (2006) ainda nota a ênfase nas possibilidades educacionais do esporte, tendo em vista, mais do que a formação de atletas, a construção de valores, salientando que ensinar para o bem não deve diminuir a importância em se ensinar bem o esporte, demonstrando que, ao se tratar do conteúdo esporte, os profissionais atuantes no ambiente esportivo devem obter um amplo conhecimento sobre a prática a ser ensinada, para que, além dos valores envolvidos no esporte, sejam transmitidos também os conteúdos físicos, técnicos e táticos da modalidade em questão.

Paes (2002) aponta que à Pedagogia do Esporte (PE) cabe organizar, sistematizar, aplicar e avaliar procedimentos pedagógicos. No entanto, Santana (2005) relata que a história da

Educação Física tem mostrado que a Pedagogia do Esporte não encara a prática esportiva e a educação como fenômenos indissociáveis. Porém, em muitos momentos, tem-se negligenciado o ato de educar, desrespeitando-se a complexidade das pessoas e dos fenômenos sociais. O autor traz, ainda, que tal circunstância, no contexto esportivo, a aplicação de uma pedagogia simplista, vista por muitos com normalidade o que tem sido criticado no meio acadêmico, por preparar os praticantes para atingir metas de treinamento preestabelecidas ao invés de incitar as descobertas, o conhecimento próprio e a autonomia.

Portanto, fica claro que este contexto contradiz a lógica “desenvolvimentista” na qual o esporte está inserido, uma lógica que permite, por diversas vezes, que a família, a sociedade, e a estrutura esportiva envolvida (dirigentes esportivos, mídia, árbitros e até professores e técnicos), impregnados pelos interesses do próprio sistema esportivo, imponham ao atleta o objetivo módico de alcançar o máximo de rendimento esportivo, sem ao menos almejar outros ganhos. Isto provoca, algumas vezes, alterações no desenvolvimento do desempenho esportivo, e interfere até mesmo nas questões de autoestima e autoconfiança do atleta.

Contudo, apesar das preocupações quanto à exigência do rendimento, é necessário ressaltar a importância que o treinador/técnico ou professor representa na prática esportiva do jovem, seja contribuindo para a melhoria técnica e tática, seja aperfeiçoando o condicionamento físico geral, ou ainda pela influência na formação social e psicológica desse indivíduo.

Além disso, não é apenas a participação dos técnicos que representa significância no desenvolvimento do atleta. Existem autores que defendem a participação dos pais no processo de desenvolvimento do jovem atleta, em razão da ampla influência desempenhada por esses personagens, além de propiciar o fortalecimento do valor da prática esportiva.

A Figura 2, proposta por Gallati (2010), retrata as inúmeras possibilidades de atuação da pedagogia do esporte, mostrando-a em diferentes significados, em áreas como o lazer, o esporte profissional, o espetáculo, entre outros, inclusive atentando para o fato de que todas as situações estão inseridas no contexto educacional.



**Figura 2: Esporte contemporâneo: cenários, personagens e significados.**  
**Fonte: GALATTI, 2010.**

Jovens, adultos, idosos, atletas profissionais ou não, têm a chance de atuar em diferentes campos, como clubes, ongs, escolas ou ainda outros locais de possível manifestação do esporte, a fim de proporcionar diversas abordagens teóricas e práticas para cada ambiente. Fica claro, a partir da figura acima, que apesar de uma prática não poder ser modificada em sua essência, suas possibilidades de atuação se tornam múltiplas quando praticadas nesses diferentes locais, contribuindo para a multilateralidade da educação física, trabalhando inclusive com a idéia de promoção da saúde e ganhos sociais.

No entanto, apesar de no ambiente competitivo o objetivo ser normalmente a melhoria de resultados, a busca de conquistas e a quebra de recordes, observa-se que a PE busca ampliar a significação desses objetivos e das práticas esportivas, almejando intensificar a atuação de educadores, para que esses tenham a responsabilidade de incentivar a cooperação e o crescimento mútuo, buscando assim uma concepção mais ampla da pedagogia esportiva.

Paes (2002) refere-se ainda à pluralidade de possibilidades educacionais do esporte, acreditando que a questão educacional possa estar presente em todas as manifestações do fenômeno, mostrando que para estruturar uma pedagogia do esporte, com o objetivo de contribuir para o processo educacional, é necessário que se tenha o referencial socioeducativo como ponto sustentador. O autor destaca que este referencial será contemplado na medida em que, além do

enfoque técnico-tático, também se leve em conta os princípios de *cooperação, participação, convivência, emancipação e co-educação*, indispensáveis para o desenvolvimento da criança e do jovem. Ou seja, o autor traz como um dos objetivos da pedagogia do esporte atividades que abordem a cooperação entre os alunos, como por exemplo, os jogos cooperativos, que, como o próprio nome sinaliza, são atividades que buscam prioritariamente a participação de todos através de um objetivo coletivo, que tenda à participação e satisfação de todos.

O enfoque socioeducativo busca, portanto, trabalhar com atividades que visem à participação e à convivência entre os alunos, tendo como objetivo o desenvolvimento sócio-cultural, abordando também metas como emancipação e co-educação, que originaria a autonomia e uma reciprocidade com o conteúdo a ser trabalhado.

Para uma maior compreensão da pedagogia do esporte, serão analisados a seguir os temas relevantes para esta pesquisa, realizando-se uma revisão que procura dissertar sobre assuntos como a pedagogia do esporte vinculada à iniciação, ao treinamento esportivo e a outros subgrupos que constituem essas áreas, a fim de criar uma linha de raciocínio que levará à compreensão da importância deste estudo. Acredita-se que o entendimento desses fenômenos auxiliará no cumprimento de um dos objetivos deste estudo, que é compreender o conteúdo de treino dos diferentes centros de treinamento visitados.

## 2.2 Pedagogia do esporte e iniciação

A iniciação da criança na prática desportiva deve seguir uma progressão pedagógica, lógica e natural, através de atividades livres, e de caráter natural, sem a exigência de competição propriamente dita (NAHAS apud PAES, 1992, p. 25-40).

Muito se vem discutindo em torno do tema da iniciação esportiva ao longo dos anos. A necessidade de iniciar as crianças em uma prática esportiva também gira acerca desse questionamento. Qual seria a modalidade mais adequada? Qual o momento adequado para iniciá-las? Qual seria o papel da educação física escolar neste contexto?

Santana (2005) defende que a iniciação esportiva é marcada pela prática regular e orientada de uma ou mais modalidades esportivas, e o objetivo imediato é dar continuidade ao desenvolvimento da criança de forma integral, não havendo necessidade de participar em competições regulares. O autor demonstra, portanto, a necessidade da criança praticar alguma

atividade sistematizada, que não seja representada apenas por atividades espontâneas vinculadas ao lazer esporádico.

Já segundo Incarbone apud Santana (2005), o outro foco principal na iniciação é fazer com que a criança desenvolva várias habilidades motoras, mostrando que a iniciação esportiva não deve objetivar a transformação da criança em um esportista de alto nível, mas sim proporcionar uma prática regular que busque o desenvolvimento integral do ser humano, permitindo que a criança atue de forma plena no âmbito motor, físico, afetivo e social.

Logo, nota-se que ambos os autores acreditam que a iniciação esportiva apresenta, como uma de suas principais funções, a possibilidade da criança aumentar seu vocabulário motor, assim como melhorar o seu desenvolvimento físico, mental, afetivo e social.

Pensando nesta proposta, conciliada a um dos objetivos deste estudo, verifica-se que registrar e analisar os conteúdos de treino dos diferentes centros de treinamento visitados auxiliará na compreensão do processo de iniciação à ginástica rítmica.

Observa-se que diversas pesquisas já demonstraram a importância de uma iniciação esportiva adequada, que vise evitar uma prática esportiva direcionada ao modelo adulto, com ênfase na procura pelo alto rendimento. Esse entendimento é amparado por autores reconhecidos:

Como a criança não é um adulto pequeno, mas sofre nas fases de seu crescimento, cada vez com novas mudanças orgânicas que modificam sua existência psicofísica, o treinamento infantil é regido por outras regras que não as do treinamento adulto. (JOCH, 2005, p. 24).

Esta citação reforça a finalidade de um correto processo de iniciação esportiva, que busque aproximar cada vez mais as práticas sistematizadas de seus jovens praticantes, não querendo que os mesmos sigam as normas estipuladas aos organismos adultos.

Quando Greco (1998) relata que o treinamento generalizado tem como objetivo promover uma variabilidade de habilidades motoras à criança, este traz a idéia de que as atividades deverão promover um conhecimento amplo das capacidades funcionais da criança, para que essas possam fazer uso de suas necessidades individuais na fase posterior que é da especialização esportiva. Em outras palavras, o autor demonstra a necessidade de na fase da iniciação esportiva se abordar a ampliação do vocabulário motor e da gama de atividades a serem desenvolvidas pelas crianças, para que posteriormente, no momento propício, a criança tenha

possibilidades motoras e psicológicas para ser encaminhada à nova fase, qual seja, a especialização.

Tani apud Mesquita (2006) defende a necessidade de que a iniciação esportiva deva ocorrer o mais precocemente possível, alegando que a prática do esporte desde a iniciação poderá proporcionar à criança inúmeros benefícios. O autor ainda exemplifica que algumas modalidades esportivas, tais como as ginásticas rítmica e artística, patinação artística, natação, entre outras, tendem a iniciar seus atletas mais precocemente, justificando, inclusive, a ocorrência da especialização anteriormente a outras modalidades coletivas, por exemplo.

Apesar dessa defesa a respeito da iniciação precoce, a literatura preconiza que apenas a partir da faixa etária de 12 anos é que se deva aprofundar o treinamento de forma mais específica, em virtude do acompanhamento do desenvolvimento das capacidades físicas, atendendo, por sua vez, à maioria das modalidades esportivas conhecidas.

No entanto, cuidados devem ser tomados no seguimento da própria iniciação esportiva, pois, segundo Arena e Bohme (2004), a partir do momento em que a criança é introduzida na prática de uma única modalidade esportiva, seja no ambiente formal ou não formal, é inevitável que ela passe a participar de competições, e conseqüentemente ficar susceptível à especialização na modalidade, mostrando que um maior comprometimento da criança com a modalidade pode acarretar uma cobrança desnecessária quanto ao desempenho dela no esporte, e uma possível saturação dessa criança pelo ambiente esportivo.

Em decorrência do temor de se saber qual seria a idade ideal para iniciar uma prática sistematizada, diversas pesquisas foram realizadas. Porém, pela diversidade de informações obtidas a respeito, e considerando-se as diferentes faixas etárias classificadas como ideais para iniciação em uma prática específica, estas pesquisas foram classificadas como inconclusivas. Verificou-se uma divergência entre diferentes autores na tendência da idade média para a iniciação esportiva por modalidade, como é possível observar no quadro 2, a seguir:

**QUADRO 2 – Idades recomendadas pelos autores para iniciação esportiva em certas modalidades**

<b>Modalidades Ind.</b>	<b>Idade de iniciação</b>	<b>Autores</b>
Atletismo	10-12	Bompa (1998), Filin (1996); Utecht in Filin (1996)
	7-8	Balsewitsch in Tubino (1979)
	12-14	Bondartchuk, A. (1989); Nilsson, I. (1995); Oliver (1995)
	8-12	Ferreira, P. (1989)
Natação	9-12	Fernandez, F. G.(1995)
	3-7	Vonhausen in Tubino(1979), Bauermeister in Tubino (1979)
	7-9	Bompa (1994), Filin (1996), Draper, J. (1999)
Ginásticas (Artística e Rítmica)	9-10	Caunsilmen in Filin (1990)
	6-11	Bompa (1998), Filin (1996), Persone (1983)
Judô	6-8	
	8-10	Bompa (1998)
Tênis	12	Sobral (1994)
	6-8	Bompa (1998), Filin (1996)
<b>Média 8.9</b>	<b>Desvio: 2.5</b>	<b>Variância: 6.61</b>

Fonte: SILVA; FERNANDES; CELANI, 2001.

Este quadro relata idades de iniciação esportiva para as diferentes modalidades, mostrando que para um mesmo esporte não existe unanimidade a respeito da idade ótima para a iniciação. Nota-se no quadro que as ginásticas, rítmica e artística, juntamente com o tênis, demonstram uma concordância entre os autores no que se refere à idade de iniciação à modalidade, enquanto que há divergência entre os mesmos quando se tratam de atletismo, natação e judô.

A discussão referente ao tema iniciação esportiva e, especialização precoce provoca muito interesse dentre os pesquisadores e profissionais atuantes na área da educação física. Sabendo-se que a iniciação esportiva está intimamente ligada ao desenvolvimento de uma modalidade esportiva, o Quadro 3 demonstra as diferentes categorias de algumas modalidades individuais.

**QUADRO 3 – Categorias de menores e faixas etárias nos esportes individuais**

<b>ATLETISMO</b>	<b>GINÁSTICA</b>	<b>JUDÔ</b>	<b>NATAÇÃO</b>	<b>TÊNIS</b>
Pré-mirim – 12/13 anos	Pré-infantil – 8/10 anos	Mirim – 7/8 anos*	Mirim I e II – 9 e 10 anos	10 anos
Mirim – 14/15 anos	Infantil – 11/12 anos	Infantil – 9/10 anos*	Petis I e II – 11 e 12 anos	11 e 12 anos
Menores – 16/17 anos	Juvenil – 13/15 anos	Infante – 11/12 anos*	Infantil I e II – 13 e 14 anos	13 e 14 anos
Juvenil – 18/19 anos	Adulto – acima de 16 anos	Pré-juvenil – 13/14 anos*	Juvenil I e II – 15 e 16 anos	15 e 16 anos
		Juvenil – 15/16 anos*	JR I e II – 17 e 18/19 anos	17 e 18 anos
		JR – 18/19 anos		

\* além das divisões por idade, existe a divisão por peso corporal

Fonte: Adaptado de: ARENA; BOHME, 2004.

Nota-se neste quadro o início da fase competitiva por volta dos 7/8 anos de idade em modalidades como ginástica e judô, o que provavelmente acarretaria em um início prematuro dos atletas nessas modalidades. É importante se ter cuidado quanto à maneira como deve ser dada a iniciação em modalidades de idade antecipada, para que seja preconizado o estímulo das diferentes habilidades motoras, bem como o aumento do vocabulário motor, fugindo-se assim de situações que levem à especialização precoce.

O Quadro 4, adaptado de Bompa (2002), retrata uma prévia das idades ideais para cada fase do treinamento esportivo nas diferentes modalidades individuais, expondo as idades referentes à iniciação, especialização e treinamento no alto rendimento.

**QUADRO 4 - Diretrizes para o caminho rumo à especialização**

<b>Modalidade esportiva</b>	<b>Idade para iniciar a prática do esporte</b>	<b>Idade para iniciar a especialização</b>	<b>Idade para alcançar o alto desempenho</b>
Arco e flecha	12-14	16-18	23-30
Atletismo			
Velocidade	10-12	14-16	22-26
Corrida de meia distância	13-14	16-17	22-26
Corrida de fundo	14-16	17-19	25-28
Saltos	12-14	16-18	22-25
Salto triplo	12-14	17-19	23-26
Salto em distância	12-14	17-19	23-26
Arremessos	14-15	17-19	23-27
<u>Basquetebol</u>	<u>10-12</u>	<u>14-16</u>	<u>22-28</u>
Biatlo	10-13	16-17	23-26
Boxe	13-15	16-17	22-26
Canoagem	12-14	15-17	22-26
Handebol	10-12	14-16	22-26
Ciclismo	12-15	16-18	22-28
Salto ornamental			
Feminino	6-8	9-11	14-18
Masculino	8-10	11-13	18-22
Patinação artística	7-9	11-13	18-25
<u>Ginástica artística</u>			
<u>Feminino</u>	<u>6-8</u>	<u>9-10</u>	<u>14-18</u>
<u>Masculino</u>	<u>8-9</u>	<u>14-15</u>	<u>22-25</u>
Judô	8-10	15-16	22-26
Futebol	10-12	14-16	22-26
Natação			
Feminino	7-9	11-13	18-22
Masculino	7-8	13-15	20-24
Nado sincronizado	6-8	12-14	19-23
Voleibol	10-12	15-16	22-26

Fonte: BOMPA, 2002. Grifos da autora.

O quadro 4, portanto, representa a tentativa de sistematização do processo de treinamento de uma criança ou jovem atleta, já que demonstra claramente as idades pertinentes às fases de cada modalidade: início da prática, início da especialização, e período do alto rendimento. A importância desta visualização é respaldada pela necessidade de planificação do treino e carreira dos atletas a longo prazo.

Nota-se uma diferença, por exemplo, entre modalidades como basquetebol e ginástica artística feminina, que apesar de extremamente distintas em suas manifestações demonstram as idades para o trabalho de iniciação, especialização e alto rendimento bastante divergentes, e

consequentemente devem apresentar planos de carreira bem distintos, já que o basquetebol tem a iniciação mais tardia, e idade de alto rendimento bem posterior, o que implica maior vida esportiva do atleta, quando comparado com a ginástica.

Bompa (2000) apresenta também um sistema que propõe uma organização etária para as participações de crianças em eventos ou competições esportivas, a fim de que seja mantido um critério para uma iniciação esportiva adequada.

**QUADRO 5- Sistemas e números de competições para menores**

<b>Idade</b>	<b>Tipos de competição</b>	<b>Número de competições organizadas por ano</b>
4-7	Sem competição formal, apenas diversão.	-----
8-11	Competições informais. Participar em outros esportes, apenas para diversão.	Coletivos: 5-10
12-13	Participação em competições organizadas que estimulem certos aspectos físicos, técnicos e táticos.	Coletivos: 10-15 Individuais: 5-8
14-16	Participação em competições organizadas sem estimar o alcance máximo de rendimento.	Coletivos: 15-20 Individuais: 8-10
17-19	Participação em competições para qualificar os melhores de nível estadual e nacional. Período para o alcance de pico de performances em competições.	Coletivos : 20-35 Individuais Curta duração: 20-30 Longa duração: 6-8

Fonte: Adaptado de: BOMPA, 2000.

O Quadro 5 representa, por fim, uma congruência dos fatores importantes no âmbito da iniciação esportiva, evidenciando que esta deve proporcionar ao jovem atleta a aquisição do vocabulário motor, e ainda propiciar diversas experiências, tais como competições.

Nota-se que as Ciências do Esporte apresentam um cuidado especial com o tema da iniciação esportiva, já que, como o próprio nome indica, refere-se ao princípio do contato das pessoas com o mundo esportivo, sendo o momento responsável pelo encantamento delas com o esporte, e com os conceitos que este carrega. Deve-se, portanto, atentar para que a iniciação esportiva seja realizada de forma correta, tanto para a simples possibilidade de se iniciar a prática esportiva, como para o objetivo de estimular o esporte competitivo, com a finalidade de desenvolver atletas aptos física, cognitiva, social e emocionalmente.

Esta é uma discussão importante, pois é necessário que profissionais saibam diferenciar o iniciar do especializar precocemente, atentando ao fato de que o primeiro é desejável e remete ao aumento do repertório motor da criança, promove o relacionamento diferenciado, assim como a ampliação dos limites no campo afetivo e social. Já o segundo,

especializar precocemente, depende das necessidades de cada modalidade, e refere-se ao estreitamento da relação entre esta e a criança, sendo que este momento será o responsável por aproximá-la das fases competitivas e de rendimento.

Para que o ciclo do rendimento esportivo permaneça em constante evolução, é imprescindível que os profissionais do esporte saibam lidar com a pedagogia envolvida no processo de treinamento, bem como todas as suas manifestações. O sub-campo a seguir busca traduzir essa inquietação.

### **2.3 Pedagogia do esporte e treinamento esportivo**

Uma das preocupações em pedagogia do esporte é o procedimento de ensino/aprendizagem dos conteúdos na etapa de preparação nas diferentes fases do treinamento, inclusive na etapa da especialização, na qual o desenvolvimento do atleta é o principal objetivo.

Weineck (1999) defende que o processo de treinamento a longo prazo seja dividido em diversos níveis, atendendo a formação básica geral, o treinamento juvenil (básico, de formação e de conexão) e o treinamento de alto desempenho. Conforme trata o autor, “o objetivo do processo de treinamento a longo prazo é a obtenção gradual dos requisitos do treinamento” (WEINECK, 1999, p. 58)

Acredita-se que o momento da especialização seja a parte do processo no qual alunos/atletas se afeiçoem por uma modalidade. No entanto, estes ainda devem receber estímulos diferenciados, em uma aprendizagem específica e constante, para evitar a estabilização do desempenho através dos treinamentos e competições, promovendo conseqüentemente um progresso contínuo e de crescimento físico, cognitivo, social e emocional dos indivíduos envolvidos.

Sabendo-se que a pedagogia do esporte está envolvida com aspectos ligados à iniciação e ao treinamento esportivo (especialização e alto rendimento), acredita-se que a revisão bibliográfica desses temas auxiliará na compreensão da organização do conteúdo pedagógico desenvolvido nos centros de treinamento visitados, corroborando a importância do conhecimento referente a esses temas.

Tendo em vista a profundidade e importância do tema pedagogia do treinamento, a seguir será apresentado um panorama da teoria geral da preparação de desportistas

(PLATONOV, 2008), a qual baseia sua importância na sistematização e planificação dos treinamentos.

O século XIX foi marcado por mudanças fundamentais no campo da preparação esportiva, já que apesar de atletas europeus e americanos treinarem diariamente, algumas vezes em dois períodos, a eficácia não era a esperada, uma vez que “o desporto não despertava muito interesse entre os profissionais das ciências biológicas, médicas e pedagógicas e também não havia muitos treinadores profissionais” (PLATONOV, 2008, p. 22). Sabe-se que a preparação era, em sua maioria, conduzida pelos próprios atletas, a partir de experiências individuais e mesmo por meio de processo de imitação de outros atletas. Assim, a evolução na preparação estava ligada apenas à evolução da estrutura e de materiais esportivos, já que não existiam, na época, instituições especializadas no preparo de técnicos e professores.

Lesgaft apud Platonov (2008) mostra que alguns esforços foram feitos na tentativa de construir um processo de ensino da educação física de acordo com os princípios da fisiologia, do controle de carga e do respeito ao desenvolvimento físico. Ainda nesta perspectiva de formação do conhecimento, Demini citado por Platonov (2008) dedicou sua atenção ao ensino de movimentos livres, naturais e de grande amplitude, movimentos que partissem da simplicidade e iriam progressivamente tornando-se mais complexos, como aborda o método analítico de ensino.

No entanto, juntamente com esse processo, Platonov (2008) afirma que houve tentativas de promover a formação de programas de treinamento orientados para os objetivos específicos de cada atleta, trazendo a idéia conhecida hoje, no campo do treinamento esportivo, como o princípio da individualidade. Neste momento, ainda surge a idéia da multiplicidade, na qual a teoria visaria a preparação de desportistas completos, capazes de atingir resultados em diversas modalidades, trazendo a idéia apresentada hoje pela pedagogia do esporte como uma ampla base de movimentos e possibilidades de participação.

Neste caso, o treinamento esportivo constitui o elemento essencial por meio do qual se pode interpretar e entender parte do avanço e desenvolvimento do esporte. Entretanto, convém diferenciar duas situações importantes que, embora próximas, constituem magnitudes diferentes de um mesmo problema: preparação esportiva e treinamento esportivo propriamente dito.

Entende-se por preparação esportiva o processo multifacetado de utilização racional de todos os fatores que permitam influir de maneira dirigida o crescimento esportivo e assegurar o grau necessário de sua disposição para alcançar elevadas marcas competitivas. Por outro lado,

Weineck (1999, p. 40) diz que o treinamento esportivo tem como concepção “a orientação básica, planejamento e estabelecimento do treinamento; compreende objetivos concretos, determina funções e soluções que devem ser consideradas para atingir os objetivos”. Ainda neste caminho, Granell e Cervera (2003) apud Marques et. al. (2009, p. 18) relatam que:

Treinamento esportivo tem em sua forma fundamental a aplicação de exercícios sistemáticos, representando um processo didaticamente organizado que tem sua base constituída por um sistema metodológico para aplicação destes, com o objetivo de atingir o maior efeito possível de desenvolvimento esportivo.

Já Bompa (2001) ressalta que o outro principal objetivo do treinamento também é manter o compromisso de fazer com que o atleta atinja um alto nível de desempenho em dada circunstância, especialmente durante a principal competição do ano, com uma boa forma atlética.

Tais definições trazem sustentabilidade ao estudo do esporte e suas implicações, mostrando a necessidade de conhecimento teórico e prático para uma atuação consistente neste campo.

Sendo de extrema importância para compreender a evolução no esporte, o treinamento esportivo necessita de uma planificação concreta e apropriada. Segundo De La Rosa (2006) a planificação do treinamento esportivo é um mecanismo de domínio dos multi-fatores responsáveis pelo controle da sessão de treino, assim como o resultado do pensamento do treinador, o qual deve estar o mais distanciado possível de toda improvisação, integrar os conhecimentos em um sistema estrutural e organizado e mais perto da ciência e tecnologia compreendendo seus fatores. O mesmo autor também considera que a planificação do treinamento esportivo é a organização dos acontecimentos referentes às etapas de preparação do atleta, sendo então o sistema que interrelaciona os momentos de preparação e competição. Deixa-se, nesta definição, o caminho aberto para a discussão da planificação para o rendimento competitivo.

Ainda segundo De La Rosa (2006), considerando-se a variedade de exercícios e os limites de tempo existentes no treinamento esportivo, convém selecionar e programar os exercícios físicos mais eficazes para o desenvolvimento imediato do rendimento para cada diferente modalidade esportiva, pois sendo considerados como elementos da estrutura do treinamento esportivo, devem constituir uma estrutura bem definida, tendo a função de formar o rendimento previsto. Gomes (2002), Platonov; Bulatova (2003), entre outros, descrevem a

classificação dos exercícios, que seguem em sua maioria um período de preparação específico, dividindo-os em grupos segundo alguns critérios:

- *Exercício preparatório geral* – serve para o desenvolvimento funcional do organismo do atleta, podendo ou não corresponder às particularidades de uma modalidade desportiva. Tendo importância na preparação de muitos anos, cria a base funcional para posterior preparação especializada, portanto é importante levar isto em consideração principalmente nas idades iniciantes do treinamento, pois a especialização desportiva bem sucedida é condicionada, em grande medida, pelo desenvolvimento físico multilateral. (GOMES, 2002; PLATONOV; BULATOVA 2003).
- *Exercícios preparatório especial* – ocupam um lugar primordial no sistema de preparação física de atletas de alto nível, abrangendo um conjunto de meios que inclui elementos da atividade competitiva, com ações muito similares a esta atividade, seja em sua forma, estrutura, caráter das qualidades intervenientes e/ou das atividades dos sistemas funcionais do organismo (PLATONOV; BULATOVA, 2003).
- *Exercícios de competição* – pressupõem a execução de um conjunto de ações motoras que constituam o objetivo da especialização desportiva, sempre seguindo as regras existentes na competição e garantindo as características cinemáticas e dinâmicas do gesto desportivo (PLATONOV; BULATOVA, 2003; ZAKHAROV, 2003).

Segundo Matveiev (1991) a especialização é um princípio importante para o aperfeiçoamento em qualquer tipo de atuação, portanto os exercícios de preparação especial representam o principal meio que condiciona as melhoras dos resultados esportivos. Apesar de não serem idênticos ao competitivo, estes são utilizados para assegurar a influência seletiva e mais considerável correspondente aos parâmetros determinados pelo exercício competitivo integral.

Dentro de cada um dos períodos expostos acima, nota-se a necessidade de compreensão e desenvolvimento das capacidades físicas, já que estas representam condições centrais para a realização de movimentos corporais relacionados aos esportes (WEINECK, 1999),

além de serem responsáveis por organizar e sistematizar as ações motoras específicas de cada modalidade. Segundo o mesmo autor, as capacidades físicas podem ser divididas em condicionantes e coordenativas. A fim de simplificar a compreensão, a primeira faz menção à resistência, força, velocidade e flexibilidade, que se limitam sobretudo aos fatores físicos e raramente acontecem de forma isolada. Já as capacidades coordenativas se referem à habilidade, destreza, capacidade de aprendizagem, fatores relevantes para o desempenho de um esportista “completo”.

Por **resistência** entende-se segundo Zakharov (1992), capacidade física caracterizada pelas possibilidades do esportista realizar, durante um tempo prolongado, o trabalho muscular, mantendo os parâmetros de determinado movimento. De suas inúmeras manifestações:

Quanto à participação da musculatura, distingue-se em *resistência geral e localizada*; quanto à modalidade esportiva, *geral e específica*; quanto à mobilização energética, em *aeróbica e anaeróbica*, quanto à duração, *de curta, média ou longa duração*, e quanto aos principais requisitos motores, *resistência de força, resistência de força rápida e resistência de velocidade*. (WEINECK, 1999, p. 135. Grifo do autor)

O mesmo autor ainda cita como sua importância dentro do esporte é notável, pois quando bem desenvolvida permite o aumento da capacidade física, otimização da capacidade de recuperação, redução de lesões, redução dos erros técnicos e a consequente prevenção das falhas decorrentes da fadiga, entre outros ganhos evidentes ao esporte em geral.

Em relação ao treinamento de **força**, faz-se necessário distinguir suas diversas manifestações, já que está sempre interligada a outros fatores que afetam o seu desempenho. Este termo é definido por autores (MATVEIEV, 1991; ZATSIORSKY, 1999; ZAKHAROV; GOMES, 2003) como a “capacidade de superação da resistência externa e de ação oposta a esta resistência, por meio dos esforços musculares”. Weineck (1999) divide a força em três manifestações: a força máxima, rápida e de resistência. Já autores como Zakharov e Gomes (2003) a dividem em força máxima, explosiva e resistência de força, divergindo apenas sobre os termos força rápida e explosiva, que aparentemente tratam da mesma forma de manifestação da força, já que estão relacionados à força e à velocidade envolvidas no movimento.

A força máxima, segundo Weineck (1999, p. 225) “representa a maior força disponível que o sistema neuromuscular pode mobilizar através de uma contração máxima

voluntária”. O mesmo autor<sup>4</sup> defende que “a força rápida compreende a capacidade do sistema neuromuscular de movimentar o corpo, parte dele ou ainda objetos com uma velocidade máxima”. Já por força explosiva:

Entende-se aquela força que vem expressa por uma ação de contração (a mais rápida possível) como se fosse uma ‘explosão’, para transferir a sobrecarga a ser vencida, à maior velocidade possível, partindo de uma situação de imobilidade do segmento propulsivo. (BARBANTI, 2002, p. 19)

Resistência de força é, segundo Harre apud Weineck (1999), a capacidade de resistência à fadiga em condições de desempenho prolongado de força. O critério para sua manifestação está ligado à intensidade do estímulo, assim como ao volume do mesmo.

A **velocidade**, segundo De La Rosa (2007, p. 188), “está condicionada a fatores dos quais muitos são biológicos e predeterminados geneticamente”. O mesmo autor defende que esta capacidade esta associada “a ‘rapidez dos movimentos’ que podem ser definidas como: tempo de reação motora, velocidade dos movimentos isolados e frequência dos movimentos”. (DE LA ROSA, 2007, p. 189).

Weineck (1999) agrega que esta capacidade é o principal requisito motor, o qual permite a movimentação e a assimilação de outras capacidades do condicionamento e da coordenação. O autor ainda coloca que, no esporte, a velocidade é a capacidade de atingir a maior rapidez de reação e de movimentação, o que tem alta correlação com as capacidades cognitivas, de compreensão e execução dos movimentos. No esporte se manifesta como velocidade pura (de reação, de ação e de frequência), e complexa (de força, resistência de força rápida e resistência de velocidade máxima).

A última capacidade condicionante é a **flexibilidade**, que segundo Weineck (1999, p. 470) é “caracterizada pela capacidade e a característica de um atleta executar movimentos de grande amplitude, sobre forças externas ou ainda que requeiram a movimentação de várias articulações”. Achour Junior (2004, p. 10) acrescenta que também pode existir a hiperflexibilidade, caracterizada por “lassidão de uma ou mais articulações e, decorrência da excessiva extensão dos componentes dos sistemas musculares”. É dividida em específica, referente a determinadas articulações e normalmente ligada a modalidades esportivas específicas; ativa, que é a maior amplitude de movimento conseguida em uma articulação pela contração dos

---

<sup>4</sup> WEINECK, 1965, p. 226.

músculos agonistas; e finalmente, a passiva que faz alusão a maior amplitude de um movimento alcançada por uma articulação com o auxílio de forças externas.

O treinamento desta capacidade traz, segundo Weineck (1999), para o campo esportivo, a otimização da execução dos movimentos, da capacidade coordenativa, técnica e do processo de aprendizado motor, dos requisitos motores de condicionamento (força, velocidade e resistência), além da profilaxia de lesões, assim como a otimização da recuperação e psicorregulação.

No entanto apenas o simples treinamento das capacidades físicas não representa uma fórmula de sucesso para o treinamento, é importante ressaltar a necessidade de se conhecer o aluno, as etapas de seu desenvolvimento e ainda, as fases percorridas por ele ao longo de sua vida esportiva, propiciando ao técnico, subsídios para compreender melhor o processo de seus alunos e planejar os treinos com propriedade.

O treinamento a longo prazo é, portanto, defendido por autores como Weineck (1999) e Bompa (2002), pelo fato de trabalhar com níveis de desenvolvimento em proporções diferenciadas. A semelhança na abordagem entre os dois autores se dá na medida em que ambos defendem a realização do desenvolvimento multilateral na infância, do treinamento de conexão (BOMPA, 2002) ou especializado (WEINECK, 1999) para atletas juvenis e o treinamento de alto desempenho com a chegada da maturação. Bompa (2002) traz ainda que, na ginástica, esses estágios acontecem anteriormente a outros esportes, como os de resistência, ou seja, para o treinamento de iniciantes sugere-se a faixa etária de 5 a 7 anos, enquanto o treinamento especializado aconteceria com aproximadamente 10 anos, e o início do treinamento de alto desempenho entre 13 e 15 anos.

Não obstante, autores como Galatti (2006) e Paes (2002) defendem que a iniciação e prática esportiva poderão e deverão acontecer em diferentes faixas etárias, no entanto, acrescentam que a única ressalva deverá ser o objetivo esportivo a ser desenvolvido em cada uma destas fases.

Entretanto, ao longo da vida, os sujeitos apresentam algumas fases mais sensíveis ao treinamento de determinadas capacidades físicas, como sintetizam Gallahue e Ozmun (2005), ao descreverem cada uma delas e a idade na qual estas deveriam ser trabalhadas. É importante notar que tais informações são extremamente válidas para a pedagogia do esporte, visto que cada faixa

etária tem suas tarefas didáticas especiais, bem como particularidades específicas do desenvolvimento.

A resistência muscular apresenta ganhos mais significativos dos 12 aos 16 anos de idade, já que neste estágio de desenvolvimento as crianças normalmente já construíram bases aeróbias e anaeróbias, que as auxiliariam na melhora da potência, eficiência cardiovascular e consequentemente uma maior capacidade de tolerância ao lactato (BOMPA, 2002).

Bompa (2002) acrescenta que a flexibilidade tende a ser maior em meninas, porém após a puberdade esta capacidade passa a diminuir, sobretudo em meninos. Weineck (1999) defende a faixa etária de 11 a 14 anos como ideal para o desenvolvimento desta capacidade, confirmando que por decrescer com o aumento da idade, esta capacidade deve ser incluída no programa de treinamento desde a iniciação à modalidade, e deverá ser trabalhada continuamente, já que é reduzida juntamente com as baixas nos níveis de atividade.

Os autores relatam que há uma forte tendência em obter pequenos ganhos de força muscular, resistência muscular e flexibilidade no início da infância e na infância posterior, seguidos de uma fase estável na pré-adolescência. Na adolescência, os meninos obtêm maiores ganhos, enquanto as meninas tendem a se estabilizar após os 15 anos e, às vezes, a declinar. Já a velocidade, agilidade, potência melhoram ano após ano com o amadurecimento, principalmente na infância posterior, assim como a coordenação e equilíbrio, que também melhoram ano após ano, principalmente no início da infância, em virtude da elevada plasticidade do Sistema Nervoso Central.

Esses indicadores demonstram a necessidade de um plano adequado às faixas etárias, que possam estimular as capacidades físicas no momento correto, conseguindo assim ganhos importantes no desempenho de jovens atletas.

É importante notar que os diversos apontadores presentes neste tópico condizem com as preocupações para uma boa elaboração do plano de treino dos jovens atletas. Este fato apenas reforça a idéia defendida pela pedagogia do esporte de criar uma ampla base motora, e estimular o indivíduo em suas potencialidades, no entanto, sem forçá-los a níveis acima dos indicados para a idade e estágio de evolução na modalidade.

Entretanto, apesar das preocupações com as fases sensíveis para o desenvolvimento de certas capacidades físicas, o esporte trabalha também com as questões do talento esportivo, indivíduos com talento ou habilidades especiais para a prática de determinadas modalidades, o

que normalmente facilita no desenvolvimento técnico, tático e físico desses indivíduos. Logo, acredita-se que a presença de sujeitos talentosos promoveria mais facilmente uma evolução e sucesso para as equipes envolvidas. Este fato leva à necessidade de compreensão deste fenômeno, que se embasa a partir da idéia de detecção, seleção e promoção de talentos, e posteriormente, ao entendimento da especialização precoce.

## 2.4 Seleção de talentos

Uma das preocupações do presente estudo refere-se ao tema seleção de talentos, pois dentre seus objetivos estão a compreensão do perfil do atleta e a maneira como este início se dá na modalidade praticada. Para isso, acredita-se que conhecer a significação do processo de seleção de talentos auxiliará no cumprimento dos objetivos quatro e cinco desta pesquisa, quais sejam, conhecer o processo de seleção de atletas de cada centro de treinamento, e registrar e analisar o conteúdo de treino desenvolvido nos mesmos.

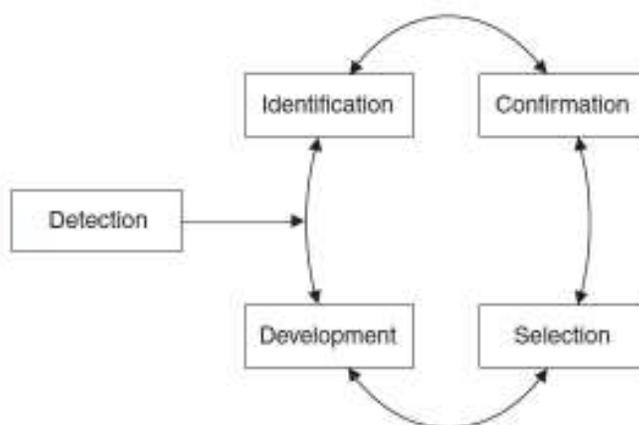
Para a compreensão do significado da seleção de talentos, deve-se entender que no meio esportivo esta é amparada prioritariamente por três ações inter-relacionadas e inter-dependentes, quais sejam, a detecção, a seleção e a promoção, que estão fundamentadas em como se realiza a determinação de talento esportivo, tanto no início (detecção/seleção), como no decorrer do treinamento a longo prazo (promoção).

A detecção (busca ou procura) de talentos esportivos, conforme citado por Benda apud Kiss et al. (2004, p. 91):

[...] corresponde a todas as formas utilizadas com o objetivo de encontrar um número suficientemente amplo de crianças e adolescentes que estejam dispostos e prontos para a admissão em um programa de formação esportiva geral básica, considerado como primeira etapa do treinamento a longo prazo.

Já Vaeyens et al. (2008, p. 703) sugere que “identificação de talentos é o processo de reconhecimento de sujeitos com habilidade de obter sucesso em uma modalidade em particular”.

A partir do momento em que se detecta um número suficiente de crianças e adolescentes dispostos a participar do processo de treinamento, faz-se necessário adentrar no campo da identificação e desenvolvimento (Vaeyens et al., 2008), como pode ser visto na figura 3, daqueles que melhor se adéquem ao perfil da modalidade a ser trabalhada.



**Figura 3: Estágios dos processos de identificação e desenvolvimento de talentos.**  
**Fonte: VAYENS et al., 2008.**

Bohme (2007, p. 120) afirma que é neste período que se “busca o talento esportivo, termo utilizado para designar pessoas que possuam aptidão (condição em determinado instante) especial, grande aptidão ou grande potencial para o desempenho esportivo”, ou, ainda, um indivíduo que, em razão de suas condições herdadas e adquiridas, possua uma competência especial para o desempenho esportivo, acima da população em geral.

Na mesma direção, Martin et al. apud Bohme (1999), propuseram que talento é “o resultado individual de um processo dependente das relações temporais existentes entre as disposições genéticas, a idade relacionada com a fase do seu desenvolvimento, as exigências de desempenho esportivo no treinamento, assim como de qualidades psicológicas”. Outros autores defendem que o talento esportivo:

[...] é a denominação dada a uma pessoa, que em dada fase de desenvolvimento [...] mostra determinados pressupostos com condições corporais e psicológicas, as quais com grande probabilidade podem levar posteriormente a um alto desempenho esportivo. (GABLER; RUOFF, 1979 apud BOHME,1999).

Assim sendo, percebe-se que a literatura traz o talento esportivo como fator importante para o desempenho de um atleta, e que este não diz respeito apenas às condições físicas e fisiológicas, mas aborda também questões psicossociais.

Acredita-se que a identificação de um talento esteja vinculada ao destaque de uma criança ou adolescente por seus desempenhos, superando outros indivíduos da mesma idade, ou até mesmo de uma faixa etária maior, sendo que neste caso ainda há uma maior dificuldade em

decorrência do nível maturacional alcançado ao longo do crescimento e desenvolvimento pela pessoa mais velha.

Para Weineck (2003), o físico é determinante para o desempenho, incluindo-se desde características hereditárias como altura, biotipo, tipagem de fibra muscular, flexibilidade, e tipo de coordenação motora, que podem ser ideais para a prática de determinada modalidade. O autor cita ainda outras características adquiridas com o treinamento, tais como condições cardiorrespiratórias e musculares, que afetam fortemente o desempenho esportivo do atleta. Porém, apesar da literatura recente estudar os critérios de desempenho para a determinação da aptidão, não existem ainda maneiras devidamente verificadas, determinadas e operacionalizadas através da pesquisa empírica nas Ciências do Esporte.

No entanto, Weineck (1999) pressupõe um catálogo com o perfil das características específicas de cada modalidade esportiva, para que características gerais encontradas hoje na prática e na teoria tenham um aprofundamento científico e concreto.

Para Hahn (1998), um grupo de fatores deveria ser utilizado para dar sustentação à identificação do talento esportivo, e dentre eles estariam as **condições antropométricas** (estatura, peso, composição corporal, proporções corporais); **características físicas** (resistência, força, velocidade, entre outras); **capacidade de aprendizagem** (compreensão, capacidade de observar e analisar); **prontidão para o desempenho** (disposição para o esforço, aplicação no treinamento, tolerância à frustração); **capacidades cognitivas** (concentração, criatividade, capacidade tática); **fatores afetivos** (estabilidade psicológica, disposição para competir); e **fatores sociais** (capacidade de integrar e de cooperar, etc).

Fica claro que, conforme abordado por Joch (2005), o desenvolvimento e a promoção de talentos não são separáveis do desenvolvimento da personalidade. Esta é parte integrante daquele, ou seja:

[...] desenvolvimento do talento não está voltado apenas às mudanças da motricidade e da progressão específica de desempenho do esporte, mas está inserido no contexto dos processos de mudanças do desenvolvimento global da personalidade, mesmo porque um atleta não é formado apenas pelas condições físicas, na medida em que a perseverança e a força de vontade são fatores essenciais para a sua promoção (JOCH, 2005, p. 75).

No entanto, a detecção, a seleção e a promoção de talentos, quando não bem realizadas, podem criar um ambiente propício para abusos de condições, estimulando jovens com

competências claras a ultrapassarem os limites impostos pelas faixas etárias e etapas da aprendizagem discutidas por autores como Gallahue e Ozmun (2005).

Acredita-se, portanto, que o processo de promoção de talentos deva respeitar as categorias das determinadas modalidades e os níveis de aprendizagem condizentes a elas, sem visar o rendimento acima dos padrões das mesmas.

A ginástica rítmica, por ser uma modalidade de iniciação com baixa faixa etária, carrega esta apreensão em sua essência. Ao compará-la a modalidades como basquetebol e atletismo, nota-se que esta traz muitas vezes atletas de pouca idade para o ambiente competitivo, e em algumas vezes para o ambiente de categorias maiores, acarretando no processo de avanços dos níveis de aprendizagem pertinentes a cada categoria.

Portanto, o desrespeito a esta evolução levaria provavelmente à especialização precoce do indivíduo e suas possíveis conseqüências, que serão discutidas no próximo sub-campo.

## **2.5 Especialização precoce**

Considerando o objetivo quatro desse estudo, faz-se necessário a compreensão de assuntos referentes à especialização precoce. Sabe-se que este é um termo polêmico e largamente estudado (MARQUES, 1991; SANTANA; REIS, 2003) no campo das Ciências do Esporte, discutindo-se muito a respeito de sua definição e de suas conseqüências no desenvolvimento esportivo de crianças e adolescentes.

A literatura aponta um dos lados negativos da especialização precoce, “o de fomentar uma pedagogia reducionista, a qual deriva do ensino unilateral” (SANTANA; REIS, 2003, p. 48). A literatura também trabalha com a hipótese principal de que a especialização precoce ocorre quando o treinamento para o rendimento acontece antes do período ideal, quando as fases do processo de formação são antecipadas ou anuladas (BOMPA, 2002; MARQUES, 1991; WEINECK, 1999) e não simplesmente quando a criança inicia o esporte.

Nesta última hipótese, Bompá (2002) associa a especialização precoce ao fato de pessoas acreditarem que quanto mais cedo a criança iniciar na prática esportiva, maior será a probabilidade de ganhos no futuro. Nunomura et al. (2010, p. 306) concordam com este autor, ao afirmarem que “a especialização precoce é desaconselhada, pois acarreta em um série de

consequências negativas aos praticantes, tais como a redução do repertório motor”, contrapondo ao tópico sobre a pedagogia da iniciação esportiva, retratado anteriormente, o qual abordava a importância da iniciação esportiva precoce para aumento do repertório motor, relacionamento das crianças com outras, e ampliação dos limites no campo afetivo e social, entre outros ganhos.

Porém, o simples fato de introduzir a criança em uma atividade não pressupõe uma prática sem preocupações, pois, como trazido por Tani (2001), verifica-se também a ocorrência da especialização esportiva precoce, que ocorre na maioria das vezes em quem se principia na prática sistemática tendo como meta o esporte rendimento.

A Ginástica Rítmica, por ser uma modalidade que atende categorias competitivas de baixa faixa etária, permite, em alguns momentos, uma tendência a prática da especialização precoce na modalidade, já que alguns técnicos buscam o rendimento das pequenas atletas através da sistemática do esporte competitivo de rendimento.

A preocupação com qual seria a momento ideal para iniciar uma prática esportiva não é recente: que desde os primórdios da sistematização do treinamento esportivo já existiam manifestações acerca da iniciação e especialização precoce. Platonov (2008) relata que na década de 1920 ocorreram as primeiras tentativas de especialização de esportistas ainda na infância, citando exemplos como a natação e a patinação artística, que incluíam crianças de quatro a seis anos em seus programas, a fim de promover grandes atletas no futuro.

Esta discussão também aparece em relação à Ginástica, já que existem preocupações em relação à idade competitiva ideal para diferentes modalidades. A ginástica rítmica trabalha na atualidade, oficialmente, com a faixa etária de 11 e 12 anos para a categoria infantil, e 16 anos para a categoria adulto, o que remete à recorrente preocupação sobre a especialização precoce, pois faz com que crianças abaixo desta faixa iniciem no esporte de rendimento antes das idades discutidas como ideais.

No Seminário Internacional de Ginástica Artística e Rítmica de Competição (informação verbal)<sup>5</sup> realizado no ano de 2010, discutiu-se a respeito das idades mínimas e máximas que configurariam as categorias gímnicas da Federação Internacional de Ginástica (FIG). Neste, foram expostas hipóteses como a exclusão das categorias de base, como a infantil (11 e 12 anos), de campeonatos oficiais (estaduais, nacionais, e continentais), e a ampliação da

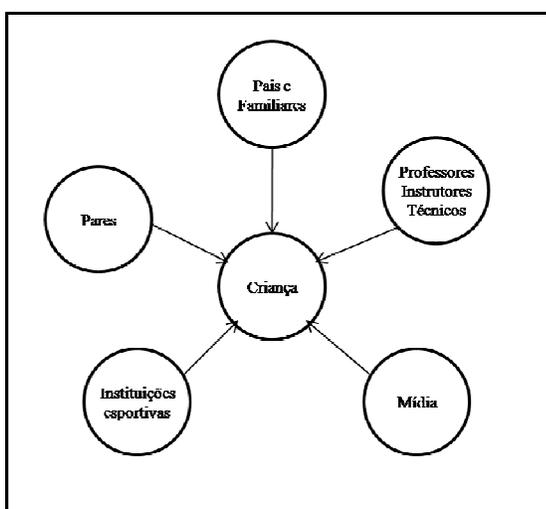
---

<sup>5</sup> Notícia fornecida no Seminário Internacional de Ginástica Artística e Rítmica de Competição (SIGARC), que contou com a presença de professores membros da Federação Internacional de Ginástica, os quais trouxeram a preocupação a respeito das faixas etárias de cada categoria.

idade da categoria adulta para 20 anos (atualmente 16 anos), na tentativa de evitar abusos nas idades menores, e fazer com que as ginastas passem a esta categoria com mais experiência física e emocional.

A pedagogia do esporte aborda os personagens inseridos no contexto da prática, mostrando como a conjuntura social tem forte influência no envolvimento da criança com o esporte, já que em torno dela forma-se uma rede de relações complexas, que afeta, estimula e inclusive pressiona o envolvimento precoce da criança com o esporte competitivo.

A respeito desta rede, Tani (2001) esquematiza em forma de figura os personagens mais importantes que estão inseridos nesta trama:



**Figura 4: Personagens inseridos na rede de relações entre a criança e o esporte. Fonte: TANI, 2001**

Os pais, os pares, os professores/técnicos/instrutores, a mídia e as instituições esportivas são os principais componentes desta rede de relações. Segundo Tani (2001) estes influenciam não apenas o momento de iniciação da criança no esporte, mas também na escolha da modalidade, na expectativa sobre a *performance* e sobre grau de motivação e de prazer a serem experimentados durante o envolvimento, reforçando a idéia de importância da opinião dessas relações na decisão de uma criança ou adolescente.

Porém ao retomar a especialização precoce, acredita-se que esta implica apenas no treinamento específico de uma única modalidade esportiva, e tem como características o

desenvolvimento de capacidades físicas, habilidades técnicas e táticas, cujo objetivo é o rendimento e a participação em competições regulares.

Entretanto, é necessário esclarecer que especialização esportiva é diferente de especialização precoce. A primeira compreende o treinamento das habilidades e capacidades específicas, do plano tático e técnico, além de ser pré-requisito para se alcançar o alto rendimento que caracteriza cada modalidade (ARENA; BOHME, 2000), a segunda, especialização precoce, abrange elementos semelhantes, porém agrega o fator desempenho a qualquer custo, ou seja, busca-se um resultado que não esteja vinculado à correta sistematização de fases de desenvolvimento individual e esportivo.

Marques (1991) acrescenta que especializar precocemente uma criança é submetê-la a três ou mais treinamentos por semana, com duas ou mais horas por sessão, referindo-se a crianças com menos de 12 anos de idade, e visando rendimento em competições que se seguem com uma frequência relativamente alta. Nesse sentido, toda prática que exigir uma dedicação superior a três vezes semanais é tida, por esse autor, como especialização precoce na prática escolhida, o que poderia acarretar as conseqüências indesejáveis atribuídas a este fenômeno, tais como abandono esportivo e queda no desempenho escolar, entre outros.

No entanto Nunomura et al. (2010) acrescenta a ausência da problemática perante o treinamento especializado quando crianças (neste caso, ginastas) atravessarem o processo de preparação e adaptação necessário para suportarem as cargas da modalidade. Assim, é possível constatar que a idade e a frequência semanal não são questões puramente relevantes para o diagnóstico da especialização precoce.

Partindo-se desse pressuposto, as Ciências do Esporte se preocupam com o fato de que o “âmbito esportivo promova o desrespeito a balizadores científicos relacionados a esse tema, evitando a compatibilidade da proposta pedagógica com as características da criança e suas fases sensíveis à aquisição das habilidades específicas” (MESQUITA, 2006), ou seja, à medida que o professor ignora os procedimentos e conteúdos corretos à iniciação, este tende a incorrer em programas e métodos de preparação especializados, promovendo uma especialização fora de hora e outras conseqüências indesejáveis ao processo.

Ainda em relação à especialização precoce, Gomes (2002) afirma que ela é extremamente privativa quando se ignora o necessário desenvolvimento multilateral, contradizendo o desenvolvimento natural do organismo, o qual objetiva um amplo

desenvolvimento do vocabulário motor, principalmente nas idades infantis e juvenis. Além disso, Filin e Volkov (1996) assinalam que a etapa de especialização delinea o treinamento na modalidade escolhida, cujos objetivos devem transcender as atividades desenvolvidas na etapa de iniciação esportiva generalizada, buscando-se o movimento mais rápido, mais preciso e mais forte em direção ao nível máximo de perfeição da técnica e tática, sendo cada vez mais apurado o desenvolvimento das capacidades físicas.

Porém, já é sabido que na competição, conforme traz De Rose (2002), objetiva-se a vitória, baseada na conquista do melhor resultado. Para que isso aconteça, é necessário o treinamento especializado. O temor dos estudiosos gira em torno da relação entre competição e especialização precoce, já que se tem conhecimento sobre a importância e salubridade da competição, sem que esta, contudo, se torne um incentivo para a especialização esportiva precoce.

Uma das questões sobre a competição que permeiam o campo da especialização precoce diz respeito ao fato de que, no esporte, a competição é um dos meios pelo qual o atleta é avaliado, comparado, refletindo-se na possibilidade do praticante mostrar não apenas suas capacidades e habilidades, mas tornar evidentes as suas dificuldades. É na competição que ocorrem situações como a de confronto e de colaboração, e nela a comparação é constante, podendo ser feita com os próprios padrões do atleta ou em relação a outros, ou até mesmo a uma equipe, trazendo novas considerações a serem implantadas nos treinamentos. Vê-se, neste momento, uma das características de controle dos métodos utilizados que a competição possibilita, pois através desta é possível saber se os treinamentos e outros estímulos, tais como educacionais e motivacionais, estão sendo adequados.

Para a ginástica, a competição aparece como o método de avaliação de rendimento do atleta, pois apresenta a situação na íntegra e promove a resolução de problemas reais. Como caráter instantâneo apresentado pela modalidade, a ansiedade pré-apresentação, a frustração com o erro ou a felicidade com o acerto estarão presentes realmente nesta situação. Ligando a situação competitiva à especialização precoce, teme-se que a primeira estimule a segunda, já que meios muitas vezes não adequados às crianças são utilizados para alcançar os resultados estabelecidos.

Kunz (1994, grifo nosso) elenca alguns problemas que um treinamento especializado precoce exerce sobre a vida da criança, enfatizando as conseqüências desse treinamento após o encerramento da carreira esportiva, dentre eles estão a formação escolar deficiente, devido à

grande exigência em acompanhar com êxito a carreira esportiva, ou seja, ausências das atividades escolares em decorrência de treinamento e/ou competições; a unilateralidade de um desenvolvimento que deveria ser plural, que vai contra a teoria defendida por diversos autores, que demonstram a necessidade de um trabalho multilateral, que por sua vez proporciona diversas vivências e amplo conhecimento do significado da prática esportiva; e a reduzida participação em atividades, brincadeiras e jogos do mundo infantil, indispensáveis para o desenvolvimento da personalidade na infância, o que acarreta no amadurecimento precoce dessas características.

Balbino (2001) resume o processo de especialização precoce na Figura 5, considerando os efeitos indesejáveis e as possíveis causas deste processo na infância.



**Figura 5: Representação esquemática do processo de especialização.**  
**Fonte: BALBINO, 2001.**

Este quadro identifica os diversos personagens e ações que podem influenciar no processo de especialização precoce. A base do diagrama concerne aos personagens que influenciam o início e a continuidade de um sujeito na modalidade escolhida. Abaixo desta base estão ações referentes a esses personagens, tais como a atuação inadequada de técnicos, pais, mídia e dirigentes, assim como os sistemas inadequados de competição e a expectativa de êxito criada para este ambiente, que podem acarretar no processo de especialização precoce. Por fim, o

quadro configura os efeitos causados por esse processo, sugerindo que a especialização precoce seja fruto de estratégias equivocadas no treinamento.

Para Schimidt e Wrisberg (2001), a especialização é inevitável, pois tem como objetivo o aperfeiçoamento das ações físicas e técnicas para compor a tática individual, de grupo e coletiva, ou seja, este autor coloca que a especialização na modalidade escolhida, caracterizada pela dedicação exclusiva de crianças e adolescentes a apenas uma única modalidade, acaba por acontecer naturalmente, já que passa a ser um comportamento normal para treinadores e atletas nas aulas e sessões de treino. Este é o momento em que se busca, nos treinamentos e competições, o direcionamento adequado visando a obtenção de bons resultados.

Para a obtenção de bons resultados, Gomes (2002) aponta que, na adolescência, a quantidade de horas de treinamento anual deve ser entre 600h e 1000h, das quais 50% do tempo deva ser destinado à preparação específica dos conteúdos do treinamento. Quanto a esses conteúdos, descreve-se que o grande objetivo no movimento técnico é torná-lo personalizado, portanto nessa fase, o especializado (aluno/atleta) irá, passo a passo ou, ainda, ano a ano, buscando, nos treinamentos e competições, atingir a perfeição, mas é importante que as capacidades para suportar cargas físicas e psíquicas sejam estimuladas já que os fatores socioculturais envolvidos no processo de rendimento são decisivos.

Weineck (2001) aponta alguns fatores como determinantes para a continuidade, enfatizando a coerência entre treinamento físico e técnico-tático, sobretudo em relação às disponibilidades do treinamento intenso.

Dessa maneira, ao especializar os atletas, deve-se ter um diagnóstico preciso, obtido por intermédio das avaliações, para assim acompanhar de perto o desenvolvimento dos atletas fugindo conseqüentemente do processo de especialização precoce nas modalidades.

### 3 GINÁSTICA RÍTMICA

A ginástica rítmica é uma modalidade considerada nova e em constante transformação. Em 1962, quando reconhecida pela Federação Internacional de Ginástica a GR passou a buscar uma padronização de sua prática. No Brasil é uma modalidade em constante crescimento, dados a 8ª e 12ª colocação obtidas nos últimos Jogos Olímpicos (2004, 2008) na modalidade de conjunto, e a 22ª colocação obtida no Campeonato Mundial de Moscou/2010 pela modalidade de individual.

Os resultados obtidos no cenário internacional implicam diretamente na maneira como a mídia visualiza essa prática, trazendo maior visibilidade e interesse do público, e conseqüentemente mudanças na forma de organização dos campeonatos e do treinamento que deverá ser dado à ginasta e à equipe. Este fato é reafirmado quando o código de pontuação relançado em 2010 informa a exclusão do aparelho corda das competições oficiais (da categoria adulta), a partir de 2011, em decorrência da difícil visualização desse material nas transmissões televisivas dos campeonatos.

No entanto, o crescimento da ginástica brasileira e mundial em relação à mídia não acompanha a evolução de pesquisas relacionadas ao treinamento esportivo na modalidade.

Essa questão pode se dar por inúmeros fatores, como a existência de poucos pesquisadores na área, falta de interesse dos mesmos no assunto, ou ainda a falta de aproximação de pesquisadores de universidades brasileiras com os órgãos que organizam as modalidades esportivas, o que não acontece apenas com a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), mas também com muitas outras modalidades desportivas no país. (SCHIAVON, 2009, p. 23)

Não obstante, a falta de conhecimento sobre os parâmetros que caracterizam o contexto dos treinamentos na ginástica rítmica direciona a outro fator importante, a falta de um programa de capacitação, na perspectiva da formação continuada, de técnicos na modalidade. Normalmente os cursos ministrados no território brasileiro ocorrem por iniciativas privadas, visando além da disseminação do conhecimento, o lucro e o repasse de conteúdos programáticos repetitivos, até algumas vezes ultrapassados, sem o adequado respeito às individualidades. Tal procedimento é conhecido nos termos coloquiais por “receitas de bolo”, passadas aos novos

técnicos, que, por sua vez, aceitam as informações, em geral, sem criticidade devida sobre o que lhes foi apresentado.

### 3.1 História e organização

Para melhor compreensão da prática e do cenário no qual a ginástica rítmica está inserida, fez-se necessário uma discussão histórica sobre o surgimento e evolução da mesma, buscando localizar a origem de vários acontecimentos referentes a esse esporte.

Caracterizada pela Federação Internacional de Ginástica por ser uma modalidade essencialmente feminina<sup>6</sup>, esta exige de suas praticantes muita graça, leveza, plasticidade, harmonia entre música e movimento e, sem dúvida, muita técnica. Composta por técnicas que envolvem a perfeição dos movimentos do balé com giros, equilíbrios, flexibilidade, saltos e dificuldades corporais combinados com o manejo específico dos aparelhos da modalidade: corda, arco, bola, maçãs e fita.

A competição pode ser individual ou de conjunto (cinco ginastas), e em relação ao treinamento, as capacidades exigidas nessa modalidade são coordenação, flexibilidade, resistência, força, equilíbrio, dentre outros.

A GR era praticada desde o final da I Guerra Mundial, embora sem que regras específicas tivessem sido fixadas. Muitas escolas inovaram a forma como se praticavam os exercícios tradicionais de ginástica, através da junção da música que exige o ritmo nos movimentos das ginastas.

Originalmente chamada de “ginástica moderna”, idealizada por Jean Georges Noverre e François Delsarte, no século XVIII, esta modalidade buscava naquele momento agregar o fator emotivo ao movimento. A “ginástica moderna”, também denominada “ginástica expressiva” foi ainda influenciada pelo *Movimento Expressionista de Munich*<sup>7</sup>. Mas foi em Isadora Duncan que

---

<sup>6</sup> Porém hoje já existem no cenário mundial manifestações da Ginástica Rítmica Masculina, que difere em inúmeros fatores da GR feminina. Atualmente no Brasil já acontecem competições não oficiais com a presença da modalidade masculina.

<sup>7</sup> Foi um movimento ligado à dança. Um dos participantes deste movimento foi Rudolf von Laban, que trouxe com seu expressionismo grandes inspirações para a ginástica através de novas técnicas de movimento e do enfoque à

Jaques Dalcroze se inspirou para dar vida às suas posteriores experiências pedagógico-musicais. Além disso, o expressionismo da dança de Duncan e a rítmica de Dalcroze foram fundamentos essenciais para a “ginástica expressiva” de Rudolf Bode, pensador que implantou os exercícios de mãos livres e aparelhos como bastões, bola, medicine ball e tamborim.

No entanto, embora Rudolf Bode tenha sido o criador da “ginástica expressiva”, foi em Heinrich Medau que houve a continuação desta ginástica, transformando-a neste momento em “ginástica moderna”. Para Medau a utilização dos aparelhos não era meramente estética, mas sim havia uma fundamentação em relação ao “movimento orgânico”<sup>8</sup>, eles eram agentes libertadores e geradores deste movimento.

Velardi (1998) trata sobre o surgimento e evolução da ginástica rítmica, relatando que a ginástica feminina moderna surgiu em Praga em 1962, resultado de um movimento que teve suas raízes nos ideais do renascimento, nas reações dos mais diversos setores de atividades contra as limitações impostas ao corpo e ao espírito até então.

Em 1972, houve a tentativa de mudá-la para ginástica rítmica moderna, porém tal solicitação foi negada pelo Comitê Olímpico Internacional (COI). Foi somente em 1974 que a tentativa foi aceita, passando então a ser chamada de ginástica rítmica desportiva, como permaneceu até o ano de 2000, quando novamente houve mudança, após os Jogos Olímpicos de Sydney na Austrália, tornando-se somente ginástica rítmica, como é conhecida atualmente em todo o mundo.

Em 1961 foi criada a primeira Comissão Técnica da Federação Internacional de Ginástica para essa nova modalidade esportiva, e em 1963 aconteceu o primeiro campeonato mundial em Budapeste e as primeiras competições internacionais (SCHMIDT, 1985). Em 1965, essa modalidade que vinha se desenvolvendo cada vez mais, consegue realizar o primeiro curso de juízes de ginástica moderna, resultando no estabelecimento de um código de pontuação, uma vez que ela se diferenciava das concepções da dança e da ginástica artística.

Ao longo dos anos, ela foi sofrendo modificações em relação à inclusão de aparelhos, à regulamentação e às possibilidades de movimentação. Esses e outros acontecimentos marcaram o início dessa nova modalidade, como a divisão da competição das provas de individual e

---

dança. (Antualpa, K, **Ginástica rítmica e contorcionismo: primeiras aproximações**. Trabalho de Conclusão de Curso. Campinas, 2005)

<sup>8</sup> Movimento orgânico, como era denominado na Alemanha, era nada mais do que o movimento natural de todo o corpo, desprovido da estética e do utilitarismo associado aos movimentos gímnicos realizados na época.

conjunto no Campeonato do Mundo em Copenhague no ano de 1967, e a regulamentação das novas normas internacionais de competição criada pelo Comitê Técnico no ano de 1968. (VELARDI, 1998).

Em Los Angeles, 1984, a então chamada ginástica rítmica desportiva passa a fazer parte dos Jogos Olímpicos. Todas essas diversas mudanças em sua denominação demonstram como a GR em sua forma esportivizada é uma prática recente, e com isso traz consigo a responsabilidade e a oportunidade de estudos nessa prática. Apesar de todas essas transformações e talvez em grande parte em virtude das mesmas, é que a ginástica rítmica venha conquistando seu espaço, na mídia, nos campos de conhecimento da pedagogia do esporte e do senso comum.

É importante ressaltar que durante a sua formação, a GR tentou trazer em sua composição movimentos corporais altamente técnicos e estéticos, que quando executados vinculavam características esportivas e artísticas, não se esquecendo, no entanto de suas bases teóricas provenientes da dança e do ritmo. Langlade e Langlade (1970) afirmam que dessas características artísticas, tem-se que a finalidade da ginástica rítmica é o desenvolvimento do movimento em toda a atividade humana, tanto em uma sequência orgânica correta, como em um movimento inspirado na fantasia. A contínua interação entre ambos é sua finalidade essencial.

Em Sarôa (2005) nota-se que a ginástica rítmica brasileira teve início com a vinda da Professora Margareth Fröhlich, austríaca, a qual trouxe essa nova modalidade apresentando-a no III e IV Curso de Aperfeiçoamento Técnico e Pedagógico, de 1953 e 1954, promovido e realizado pelo Departamento de Esportes do Estado de São Paulo, na cidade de Santos.

No mesmo período em que Margareth Fröhlich esteve no Brasil, a Professora Ilona Peuker, húngara de nascimento e radicada brasileira, se tornou a principal divulgadora dessa nova concepção, desenvolvendo seu trabalho por meio de cursos e demonstrações, em várias cidades de Norte a Sul do país, mas principalmente no Rio de Janeiro, tanto em nível competitivo como educativo (SARÔA, 2005).

Conforme a história trazida pela Confederação Brasileira de Ginástica, essa ação educativa, iniciada pelas professoras Margareth Fröhlich e Ilona Peuker em 1950, incentivou a formação de grupos de elite oriundos da prática realizada em nível escolar. Em 1968, a Federação Carioca de Ginástica organizou uma competição para classificar individualmente essas ginastas em diferentes categorias de desempenho, tornando esse fato importante para a base das futuras competições, que passaram a se constituir de provas individuais e de conjunto.

Outros grandes nomes da atualidade foram de extrema importância para a iniciação da GR brasileira; Dayse Barros, Ingeborg Crause, Vera Miranda, Elisa Resende e Elisabeth Laffranchi, que na década de 90, em Londrina/Paraná, formou um pólo de ginástica rítmica, situado na Faculdade de Educação Física do Norte do Paraná (UNOPAR/FEFI).

Em 1978, foi criada a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), tendo o gaúcho Siegfried Gunther Fischer como primeiro presidente que cumpriu o seu mandato tendo em vista uma reeleição até 1984; em 1985, o professor Fernando Augusto Brochado, do Estado de São Paulo, assume a presidência e, em 1988, o mineiro Mário César Cheberle Pardini é eleito. Após essa seqüência de presidentes, em 1991 a professora Vicélia Ângela Florenzano assume a presidência, uma paranaense que será reeleita por muitas gestões (PÚBLIO apud SCHIAVON 2009) até 2008, quando Maria Luciene Cacho Resende é eleita para o ciclo olímpico 2009-2012.

Dos objetivos relacionados ao motivo para a fundação da CBG estão a iniciativa e/ou apoio da Confederação tornando-se responsabilidade do órgão, como consta em seu Estatuto de 2004 (reformado em 2008), “dirigir, difundir, promover, organizar e aperfeiçoar” a ginástica em todas as suas possibilidades (CBG, 2008, p.4). Ainda segundo o estatuto, e seguindo as regulamentações da Federação Internacional de Ginástica, este órgão prevê sete modalidades gímnicas de sua responsabilidade:

- Ginástica Artística Feminina<sup>9</sup>
- Ginástica Artística Masculina
- Ginástica Rítmica
- Ginástica de Trampolim
- Ginástica Acrobática
- Ginástica Aeróbica Esportiva
- Ginástica para todos (Ginástica Geral)

Apesar de a ginástica artística ter sido a primeira modalidade oficialmente reconhecida pela FIG, outras, inclusive não competitivas, a seguiram, como a ginástica geral (GG) reconhecida em 1954. Essa modalidade traz uma inovação no campo organizacional do esporte em geral, já que a FIG se caracteriza como única federação esportiva que possui em seu quadro de modalidades, uma não competitiva, destinada à prática social de muitas pessoas e que recentemente, em 2007, sugere uma nova nomenclatura para a então ginástica geral: “ginástica

---

<sup>9</sup> A GAF e a GAM são tidas como modalidades distintas para a FIG e para a CBG.

para todos”. Juntamente a estes acontecimentos, a ginástica rítmica é oficialmente aceita pela federação internacional em 1962, a ginástica acrobática em 1998 e a ginástica de trampolim em 1999, apesar destas duas últimas modalidades já existirem com outras formas de organização. (SCHIAVON, 2009).

A ginástica rítmica vem crescendo desde então a cada década. A inclusão da GR nos Jogos Olímpicos (JO) aconteceu a partir de 1984 em Los Angeles/EUA, apenas com séries individuais, das quais o Canadá obteve a medalha olímpica. Nessas Olimpíadas, houve a primeira representação brasileira na modalidade, com a ginasta carioca Rosane Favilla, convidada a participar da competição com exercícios individuais, porém não conseguindo chegar às finais.

Em 1988 os Jogos Olímpicos se realizaram em Seul/Coréia, sagrando-se campeã uma ginasta da União das Repúblicas Socialistas Soviéticas (URSS). Porém nesta edição o Brasil não conseguiu classificar nenhuma ginasta. Em 1992 os Jogos Olímpicos foram realizados em Barcelona/Espanha e a campeã foi representada pela Comunidade dos Estados Independentes (CEI). Nesta edição houve a presença da ginasta brasileira Marta Cristina Schonhorst, que se classificou em 51º lugar com exercícios individuais. Com o passar dos anos a GR conquistou cada vez mais admiradores e conseqüentemente mais apoio, e em 1996 em Atlanta/EUA, a FIG introduziu as competições de conjunto, sendo a equipe espanhola campeã da categoria.

O Quadro 6 descreve a participação brasileira em campeonatos Pan-americanos e Jogos Olímpicos a partir de 1995.

**QUADRO 6**– Participação Brasileira em Campeonatos Pan-americanos, Campeonatos Mundiais e Jogos Olímpicos.

Competição	Local	Ano	Modalidade	Classificação	Observações
Jogos Pan-americanos	Mar Del Plata (ARG)	1995	Conjunto	3º lugar	
Jogos Pan-americanos	Winnipeg (CAN)	1999	Conjunto	Campeão	
Campeonato Mundial (Pré-olímpico)	Osaka (JPN)	1999	Conjunto	8º lugar	Classificação para as olimpíadas
			Individual	34º lugar	
Jogos Olímpicos	Sidney (AUS)	2000	Conjunto	8º lugar	
Jogos Pan-americanos	Santo Domingo (DOM)	2003	Conjunto	Campeão	Classificação para as olimpíadas
Campeonato Mundial (Pré-olímpico)	Budapeste (HUN)	2003	Conjunto	9º lugar	
			Individual	27º lugar	
Jogos Olímpicos	Atenas (GRE)	2004	Conjunto	8º lugar	
Jogos Pan-americanos	Rio de Janeiro (BRA)	2007	Conjunto	Campeão	
Campeonato Mundial (Pré-olímpico)	Patras (GRE)	2007	Conjunto	11º lugar	Classificação para as olimpíadas
			Individual	21º lugar	
Jogos Olímpicos	Pequim (CHN)	2008	Conjunto	12º lugar	
Campeonato Mundial	Mie (JPN)	2009	Conjunto	21º lugar	
			Individual	29º lugar	
Campeonato Mundial	Moscou (RUS)	2010	Conjunto	26º lugar	Não se classificou para o Pré-olímpico
			Individual	22º lugar	39 equipes

Na década de 90 a GR brasileira passou a demonstrar um crescimento nos resultados em campeonatos internacionais, conseguindo boas classificações em jogos sul-americanos e pan-americanos da modalidade, e ainda bons resultados em campeonatos pré-mundiais tanto de individual como de conjunto. O 3º lugar nos Jogos Pan-americanos de Mar Del Plata (Argentina/1995) e o inédito 1º lugar nos Jogos Pan-americanos de Winnipeg (Canadá/1999), ambos na modalidade de conjunto, só reforçaram a idéia de crescimento dos representantes brasileiros no cenário internacional.

Com essa classificação, somada à boa colocação no Campeonato Mundial do mesmo ano (Osaka/Japão), a seleção brasileira de conjunto conquistou a sua primeira vaga para os Jogos Olímpicos, sediados em Sidney/Austrália (2000).

Nos Jogos Olímpicos de Sydney/Austrália, em 2000, o conjunto da Rússia tornou-se campeão e o Brasil garantiu também sua vaga e a inédita 8ª colocação na prova de conjunto. No individual a campeã foi a russa Yulia Barsukova, e o Brasil não teve representantes. Apesar de não ter representantes na modalidade individual, este é o momento em que se consolida a época de glória da GR brasileira, que passou a ser cada vez mais respeitada no cenário internacional, passando a configurar entre as 10 melhores equipes do mundo.

Essa situação se reforçou, quando em 2003 (Santo Domingo/República Dominicana), a seleção brasileira de conjunto consegue o bi-campeonato Pan-americano e mais uma vez conquista a vaga para a Olimpíada de 2004 em Atenas/Grécia. Em 2004, nos Jogos Olímpicos de Atenas/Grécia, a Rússia confirmou seu favoritismo, ratificando a sua posição na liderança mundial na modalidade, classificando-se em primeiro lugar, seguido da Itália em segundo e Bulgária na terceira posição. No individual, a ginasta Alina Kabaeva da Rússia sagrou-se campeã olímpica, seguida de Irina Tchachina também da Rússia e Anna Bessonova da Ucrânia. Nesta edição dos JO o Brasil também foi representado pela equipe de conjunto, e mais uma vez conquistou a 8ª colocação, reforçando sua posição no ranking mundial. A seleção brasileira não teve representantes no individual.

Em 2007, no Pan-americano do Rio de Janeiro, a seleção de conjunto conquistou o tricampeonato e mais uma vez conseguiu a vaga para a Olimpíada seguinte, Pequim/China. No entanto, no Campeonato Mundial (qualificatório para as Olimpíadas) daquele ano ficou com a 11ª colocação, e, nos Jogos Olímpicos, com a 12ª colocação, na modalidade de conjunto.

O quadro 6 possibilita uma breve contextualização da GR brasileira no cenário mundial. É possível verificar a importância da modalidade de conjunto para o crescimento da modalidade nacional e internacionalmente.

No entanto, apesar da evolução que levou o equipe brasileira a três olimpíadas, nota-se na atualidade uma melhora da modalidade individual em relação a modalidade de conjunto. Este fato pode ser justificável por ter, anteriormente (década de 90), a seleção brasileira de conjunto em sua composição a maioria de ginastas provenientes da modalidade individual, com maiores possibilidades técnicas e físicas, o que por sua vez provocava um desfalque na própria seleção de individual.

Hoje, o que se nota, é que as melhores ginastas brasileiras compõem a seleção de individual, enquanto o 'segundo' escalão configura a seleção de conjunto, permitindo uma maior evolução do individual em competições internacionais.

Atualmente as seleções brasileiras de individual e de conjunto buscam uma reestruturação interna, tendo juntamente com a mudança da presidência da Confederação Brasileira de Ginástica, uma reorganização dos comitês técnicos das modalidades e das ginastas que compõem as seleções permanentes.

Em 2009 foram definidas as equipes permanentes de individual e conjunto. No entanto, após o desempenho durante o ano de 2009, esta foi modificada e atualizada após a seletiva realizada em Aracaju (SE), sede atual da Confederação Brasileira de Ginástica e do Centro Nacional de Treinamento (CNT).

Os resultados obtidos pela Seleção Brasileira de Ginástica Rítmica no ano de 2010 requisitaram uma nova atualização, com o acréscimo de dois novos membros à equipe de conjunto. Para facilitar a compreensão, o quadro abaixo irá relacionar as atletas pertencentes à seleção permanente de ginástica rítmica atual e suas localidades.

**QUADRO 7– Ginastas da seleção permanente de 2010 e suas localidades.**

<b>Ginasta</b>	<b>Modalidade</b>	<b>Clube</b>	<b>Estado</b>
Angélica Kwieczynski	Individual	Sadia	PR
Rafaela Pedral Costa	Individual	Arquidiocesano	SE
Eliane Rosa Sampaio	Individual	GNU	RS
Drielly Neves Daltoe -	Individual	Clube dos Oficiais	ES
Emanuelle Leal Lopes Lima*	Individual	Clube dos Oficiais	ES
Ana Paula Alencar	Conjunto	Unipar	PR
Ana Paula Ribeiro	Conjunto	Clube dos Oficiais da PM	ES
Ana Paula Scheffer	Conjunto	Sadia	PR
Jéssica Sayonara Maier	Conjunto	Guairacás	SC
Jéssica Klemann de Oliveira	Conjunto	Sadia	PR
Larissa Maia Barata	Conjunto	Coesi	SE
Leticia Karolina Dutra	Conjunto	Adiee	SC
Luisa Harumi Matsuo	Conjunto	Adiee	SC
<i>Jéssica Silveira (nova)*</i>	Conjunto	Clube dos Oficiais	ES
<i>Pâmela Oliveira (nova)*</i>	Conjunto	Sadia	PR

\* ginasta da categoria juvenil.

Fonte: Adaptado de: CBG, 2010.

O quadro 7 mostra a realidade da ginástica rítmica brasileira na atualidade e a maneira como ela se distribui no território nacional. Vê-se que as ginastas de destaque no cenário nacional se localizam em maior parte no sul do país, que conta com a presença de nove ginastas. A região nordeste também aparece neste quadro com duas atletas, sendo uma compondo a seleção permanente de individual e a outra de conjunto. A região sudeste, que já compôs no passado praticamente 90% da seleção nacional, atua hoje com apenas quatro ginastas, todas provenientes do Espírito Santo.

Fica claro que a GR brasileira na atualidade tem seu destaque nos estados de Santa Catarina, Espírito Santo e Paraná, estados que apresentam nos últimos campeonatos brasileiros os melhores resultados nesta modalidade, assim como investimento em centros de treinamento e outras entidades promotoras. É necessário relatar que as equipes Sadia (PR) e Clube dos Oficiais

(ES) contam atualmente com um centro de treinamento próprio para a prática da modalidade, o que provavelmente implica nos melhores resultados nos campeonatos de significância no cenário nacional.

Desde o seu início no Brasil, a ginástica rítmica tem sido influenciada por técnicas estrangeiras, por cursos ministrados e estágios realizados dentro e fora do Brasil, e tal prática não se modificou na atualidade. Muito do sucesso alcançado pela Ginástica Brasileira nos últimos anos se deu pela vinda de técnicos das potências européias ao nosso país, como é o caso da seleção permanente de ginástica artística, a qual conquistou um lugar de destaque no cenário internacional com os treinadores ucranianos, e da própria seleção brasileira de conjuntos, atualmente comandada por uma técnica búlgara.

No entanto, a vinda de técnicos estrangeiros ao Brasil não é garantia de que o conhecimento será transmitido de forma integral. Esses profissionais, quando convidados a ministrar cursos ou sessões de treino, vêm ao local com o objetivo de aplicar os métodos realizados em seus países, ou ainda transmitir o que aprenderam quando ginastas. Entretanto, esta ação não se adéqua à realidade brasileira, já que na maioria das vezes o público e o ambiente de trabalho são completamente diferentes.

Porém, para uma melhor compreensão da sistematização acerca da pedagogia da ginástica rítmica, o subcampo abaixo tratará das amplas possibilidades de manifestação técnica e organizacional pertinente a esta modalidade.

### **3.2 Pedagogia do esporte: considerações acerca da iniciação em ginástica rítmica**

Como visto no tópico anterior, a iniciação esportiva tem o objetivo de despertar nas crianças e jovens o gosto pela prática esportiva, de uma forma global, buscando a autonomia e o desenvolvimento integrado e simultâneo das capacidades coordenativas, técnicas, físicas, sociais e psicológicas (GRECO; BENDA, 2001). A iniciação esportiva na ginástica rítmica não é diferente. Para Alonso (2004), a GR é uma das modalidades privilegiadas, por possuir habilidades motoras bem próximas da cultura corporal encontrada nas brincadeiras e nos jogos

infantis, favorecendo desde os cinco anos de idade a possibilidade de vivências motoras na ginástica sem que haja um início precoce na habilidade.

No entanto, como encontrado em pesquisa bibliográfica sobre o assunto, vê-se a iniciação na ginástica rítmica, em sua maioria, com o objetivo voltado ao treinamento de futuras atletas, no qual, apenas as crianças que tem aptidão para essa modalidade são valorizadas na aula, enquanto as outras alunas são colocadas de lado, subjugadas e pouco exploradas.

Como cita Róbeva e Rankelova (1991, p. 94) “não se deve neste momento sobrecarregar as meninas com exercícios muito difíceis, mas sim promover meninas de ‘bases corretas’, levá-las à assimilação de tudo com exatidão, aquisição da técnica dos aparelhos (...)”, ou seja, acredita-se pela experiência como ginasta, técnica e estudiosa do assunto, e ainda pela vivência juntamente à escola búlgara, que a correta preparação de uma ginasta acarretará na maneira em como esta se comportará posteriormente, em sua dedicação e evolução técnica e pessoal, já que compreenderá o procedimento dos exercícios, conseguindo reorganizá-los individualmente, ensiná-los a outros ou ainda discutir a melhor forma de execução dos mesmos.

Ao pensar nas características da GR contemporânea, vê-se que a iniciação esportiva adequada torna-se cada vez mais necessária para a evolução, crescimento e emancipação da prática como esporte de participação, apresentando-se como imprescindível para alcançar um esporte competitivo de qualidade.

Para isso alguns acadêmicos e mesmo técnicos defendem a iniciação relacionada ao trabalho com aparelhos característicos da GR, buscando uma aprendizagem que foque na exploração do amplo potencial da modalidade.

Tibeau (1988), em sua pesquisa, comparou o método global e parcial no ensino da ginástica rítmica e constatou uma maior eficácia na aprendizagem com o método global. A autora ainda concluiu que o método global foi mais eficiente em decorrência do manuseio dos aparelhos (característica essencial da GR) ser altamente motivador para os aprendizes, julgando-o fundamental para o início do processo de ensino e aprendizagem.

Portanto, contrariando ensinamentos práticos e métodos de ensino clássicos na GR, a autora concluiu que o ensino da ginástica rítmica deva abordar, também, o trabalho inicial com os aparelhos, diferentemente do processo realizado na maioria de instituições, que visam o ensino dos elementos corporais sem aparelhos (mãos livres). Ou seja, a vivência como atleta e técnica da modalidade forneceu subsídios para tal impressão, já que, grande parte das instituições

promotoras da ginástica rítmica primeiramente ensinam de elementos corporais sem aparelhos, com enfoque nos grupos corporais presentes no código de pontuação (saltos, equilíbrios, *pivots*<sup>10</sup> e flexibilidades/ondas), implicando na formação de ginastas com deficiência no trabalho com aparelhos, característico da modalidade, além de aulas que visem a repetição de elementos corporais, e não a vivência e exploração das possibilidades de ação dos aparelhos manuais.

A maioria da produção sobre a iniciação na GR está relacionada a livros ou pesquisas que relatam a melhor forma de ensinar um elemento, ou mesmo, uma proposta sequencial de como os exercícios devam ser realizados.

Um dos trabalhos pioneiros sobre o processo pedagógico dos elementos na ginástica rítmica foi produzido pela Faculdade de Educação Física (FEF/UNICAMP), no qual as autoras, Souza, Toledo e Palermo (1998) propuseram um estudo em formato de vídeo didático, destinado a aqueles que nunca haviam tido contato com a GR, podendo, assim, obter conhecimento sobre os elementos específicos, tanto corporais quanto de aparelhos.

Lebre (2006) também produziu um trabalho no mesmo molde de vídeo, tentando padronizar o movimento, assim como o código de pontuação requisita.

Outro padrão seguido no terreno da iniciação esportiva da ginástica rítmica tomam por base os livros que apresentam possibilidades de movimentações dos elementos corporais e de aparelhos, no entanto, apesar deste padrão provocar uma acomodação de professores, é ele que possibilita que hoje exista uma técnica correta para a execução dos movimentos, como por exemplo, a forma de lançar os aparelhos. Desta maneira, através das possibilidades de correções do movimento a técnica irá se construindo.

Em seu livro, Róbeva e Rankelova (2001) relatam quais são os procedimentos que deveriam ser seguidos para que a iniciação de uma ginasta fosse bem executada. As autoras retratam a necessidade de um trabalho bilateral, e ressaltam a importância do cuidado com a saúde de criança, tentando preservá-la de possíveis exageros pelo bem do sucesso precoce.

As autoras relatam também a sequência da iniciação à GR utilizada no centro de treinamento na Bulgária. Estas apresentam as movimentações importantes para essa primeira fase, mostrando como o aquecimento baseado no ballet clássico é importante para a construção da base na ginástica rítmica. Trazem, ainda, posições elementares, diferentes movimentações

---

<sup>10</sup> *Pivots* é o termo em francês utilizado para referir-se aos elementos de giro sobre um pé, realizados na ginástica rítmica. Os giros são considerados como pequenas voltas realizadas sobre dois pés ou outra parte do corpo.

corporais, assim como aquisição de hábitos para a correta expressão corporal, fator determinante na modalidade.

Tratando a teoria e prática na aprendizagem da GR, Canalda Llobet (1996), coloca que quando se objetiva a iniciação voltada para se obter o máximo da ginasta, o método de comando direto, é um dos mais utilizados para o cumprimento deste objetivo, ou seja, este método possibilitaria a correção e a troca de informações imediatas para a boa execução do movimento.

A autora propõe ao mesmo tempo o ensino baseado na tarefa, buscando o desenvolvimento multilateral e fundamentado nas inteligências múltiplas. Balbino (2001), após estudos sobre diversos autores, encontrou em Howard Gardner a sustentação para o ensino de modalidades coletivas e para o desenvolvimento do indivíduo em sua amplitude.

Em sua pesquisa, Balbino (2001) abordou as inteligências múltiplas nas modalidades coletivas, que somam-se às idéias de Canalda Llobet (1996) no sentido do ensino de habilidades e exercícios, com enfoque da complexidade da tarefa e não apenas a execução do simples movimento.

Fica claro, após este diálogo entre o pensamento dos autores que a existência de oito inteligências auxiliaria na idéia de que uma ginasta pode se destacar em diversos aspectos da ginástica rítmica, atendendo possivelmente não apenas a um dos requisitos motores exigidos pelo código de pontuação, mas também a outras manifestações artísticas e técnicas presentes no mesmo.

A compreensão desta idéia permitiria que as ginastas fossem trazidas a modalidade não apenas por suas qualidades físicas, mas sim por aspectos que atendessem as questões artísticas e coordenativas da ginástica rítmica, permitindo assim que crianças com medos flexibilidade praticassem e se desenvolvessem na modalidade de maneira significativa ao rendimento.

Tratando ainda da iniciação esportiva nesta modalidade, cabe discorrer sobre a maneira como é executada a seleção de talento na GR. O sistema ainda é predominantemente subjetivo e em sua maioria, realizado com base no olhar de especialistas e avaliação da flexibilidade da ginasta.

No entanto, apesar de comprovados na prática, esses métodos são passíveis de erros, por serem em sua maioria subjetivos e dependentes da análise tendenciosa das características do avaliador.

Na tentativa de realizar uma abordagem mais científica a respeito da seleção de talentos na ginástica rítmica, foi trazido ao Brasil, pela Prof<sup>a</sup>. Giurga Nedialkova, o método utilizado pela Federação Búlgara de Ginástica, com base na bateria de Testes *Vankov* (Vankov, 1983) e aplicado na seleção de ginastas búlgaras, o qual depende de testes relevantes à prática esportiva.

A avaliação é composta por oito testes (NEDIALKOVA; SOARES; BARROS, 2006)<sup>11</sup> que analisam características antropométricas, como estatura da atleta em pé e sentada, flexibilidade de membros inferiores, força em suas manifestações de resistência, potência, velocidade, coordenação e equilíbrio; habilidades e capacidades de extrema relevância para uma ginasta rítmica.

Segundo as autoras <sup>12</sup>esses testes são executados em toda a vida esportiva da atleta, e para cada um deles é atribuída uma nota, que acarretará na classificação exigida para a adequada seleção de talentos, como pode ser verificado no quadro 8 abaixo, adaptado pela autora, referente as crianças de 6 anos e às possíveis medidas alcançadas em cada teste.

**QUADRO 8– Pontuação referente aos testes para uma atleta de 6 anos de idade**

TABELA – 6 ANOS								
PONTOS	1	2	3	4	5	6	7	8
50	120,1	102,5	0	179	28	5,2	25,2	5,2
49	119,9	102,3		178	27,5		25,5	
48	119,7	102	1	177	27		25,8	
(...)								
4	110,9	86,2	23	127	13,5		39	1,9
3	110,7	85,9		126			39,3	1,8
2	110,5	85,6	24	125		6,4	39,6	1,7
1	110,3	85,3		124	13	6,5	39,9	1,6

Fonte: Adaptado de: NEDIALKOVA; SOARES E BARROS, 2006.

<sup>11</sup> Teste *Vankov* (1983).

<sup>12</sup> NEDIALKOVA; SOARES; BARROS, 2006. p. 66.

O teste 1 é referente à altura da ginasta em pé, medida em centímetros, já o teste 2, ainda em relação às questões antropométricas, refere-se à altura da ginasta sentada. Neste momento, subtrai-se a altura em pé da sentada, multiplica-se por 100 e alcança-se o índice de Manuvie ( $\mu$ ). Este teste é importante já que seleciona as ginastas em decorrência do biótipo ideal à GR, longilíneas e com pernas longas.

O terceiro teste se remete à flexibilidade de membros inferiores, de extrema importância para a execução dos elementos técnicos na ginástica rítmica. Neste momento a meta é que as crianças alcancem a abertura máxima (afastamento ântero-posterior e látero-lateral de 180° ou mais).



**Figura 6: Ginasta executando afastamento ântero-posterior maior que 180°.**

**Fonte: <http://thegreatfitnessexperiment.blogspot.com/2009/03/how-to-put-gym-back-into-gymnastics-and.html>.**

Ainda, citando o Teste *Vankov* (1983)<sup>13</sup>, os teste 4 e 5 têm o objetivo de avaliar a força explosiva da ginasta, ou potência segundo outros autores, através de saltos horizontais e verticais. A nota é dada a partir da distância a altura alcançada em cada salto.

O sexto teste avalia a velocidade das ginastas na execução de uma corrida de 30 metros. Apesar de críticas, a aplicabilidade prática desta etapa cabe ao estudo reproduzir o processo de avaliação protocolado por este teste.

O teste 7 faz referência à resistência de força, aplicada ao músculo abdominal, julgado de extrema importância para a estabilização dos movimentos técnicos da GR. Neste a atleta

---

<sup>13</sup> Ibidem. p. 67.

deverá repetir o mesmo movimento por trinta vezes, buscando executá-los de forma correta em um curto período de tempo.

O último teste avalia a coordenação e equilíbrio das crianças, no qual as mesmas devem executar o equilíbrio *passé*<sup>14</sup>, cinco vezes com cada MMII. Neste as ginastas devem buscar permanecer fixamente na posição pelo maior período de tempo possível.

Apesar de esses testes (VANKOV, 1983) atraírem possibilidades de manifestações científicas ao campo de atuação da modalidade, é nítida a escassez de estudos científicos que comprovem as metodologias utilizadas na iniciação e seleção de talentos de ginastas rítmicas. A referência de apenas um exemplo de teste específico na modalidade comprova a escassez de pesquisas na área.

### **3.3 Pedagogia do esporte: considerações acerca do treinamento esportivo em ginástica rítmica**

Não há outro caminho para a vitória, além de muito trabalho, muito esforço e intransigência contra o erro (RÓBEVA; RANKELOVA, 1991)

Como outras modalidades esportivas, a ginástica rítmica necessita de algumas áreas de conhecimento que a sustentem no esporte de rendimento. No entanto, são raros os ambientes de treinamento que seguem o esquema de rendimento esportivo, em sua maioria pela falta de estrutura física e financeira desses locais, o que acarreta no acúmulo de funções a determinados profissionais e prejuízo às sessões de treinamento.

Entretanto, apesar da situação da maioria dos clubes e entidades brasileiras, a GR, como dito anteriormente, tem evoluído ao longo dos anos, e busca continuamente trazer uma sistematização no treinamento de suas equipes.

Uma das críticas a esta modalidade é a maneira como a mesma organiza as sessões de treino. Os longos períodos de treinamento, a incontável repetição de exercícios, a falta de articulação entre a parte física, técnica e tática, além do pouco conhecimento dos profissionais, fazem parte da gama de inquietações presentes neste ambiente.

---

<sup>14</sup> *Passé* (“passagem”) é um equilíbrio característico do balé, por isso o nome em francês. De fácil execução, é usado para o ensino desta habilidade na ginástica rítmica. É caracterizado por ter uma das pernas flexionadas à 90°, tocando com a ponta dos pés, o joelho da perna de base. Sua importância está enfatizada pela sua presença no código de pontuação (2009-2012).

Pensando neste problema, Laffranchi (2005) buscou dissertar em sua tese acerca desta sistematização, buscando justificar e direcionar a prática desta modalidade. Outros estudos, como Monteiro (2000), também corroboraram para esta sistematização. Em sua pesquisa, Laffranchi (2005) abordou as sessões de treinamento da equipe brasileira de conjunto, bi-campeã Pan-americana e finalista olímpica por dois ciclos olímpicos, organizando cientificamente o porquê do alto volume e intensidade das sessões de treinamento dentro da ginástica rítmica.

Seu trabalho é seguido, atualmente, em todo o território brasileiro e mais difundido em virtude do curso de pós-graduação em ginástica rítmica fornecido pela Universidade do Norte do Paraná (UNOPAR), um dos grandes responsáveis pela formação das técnicas atuantes na modalidade no país.

A vivência e o conhecimento adquirido como pesquisadora, técnica e ex-atleta permite considerar que a maioria das instituições envolvidas com a prática da GR no mundo tem como objetivo o treinamento de suas equipes desenvolvido em dois períodos diários, o que seria justificado pela grande quantidade de ações motoras, capacidades físicas e outras exigências próprias da modalidade a serem trabalhadas. No entanto, a realidade brasileira não condiz com a apresentada nos grandes centros mundiais (Rússia, Bulgária, Bielorrússia, Ucrânia, entre outros) que trabalham suas ginastas normalmente em dois períodos.

No Brasil a modalidade é desenvolvida desde centros de treinamento financiados pela iniciativa privada a pequenas academias e escolas (dentro do ensino não formal) que objetivam a prática da modalidade. Esse fato demonstra a forma como a modalidade se organiza quanto à realidade do país, e em decorrência desta necessita de adaptações, quais sejam a de criar associações financiadas pelos pais das ginastas, escolas que permitam a prática da modalidade em seu interior, dentro outras ações, para que atinja o status de esporte competitivo de alto rendimento.

Pensando na estruturação da ginástica rítmica, a literatura e a prática compartilham da necessidade de agregar elementos que componham o treino em seus múltiplos aspectos. Llobet (1996) lembra ainda que as constantes mudanças no código de pontuação implicam em um aperfeiçoamento do gesto desportivo, que por sua vez só é conquistado com a especificidade do treinamento.

Em busca deste aperfeiçoamento a modalidade agrega elementos do ballet clássico e das capacidades físicas condicionais, como a força, resistência, flexibilidade e velocidade, e as capacidades físicas coordenativas para criar uma base sólida para a execução dos movimentos.

Gomes (1999) ressalta que para garantir o alto padrão de movimento dos gestos esportivos na GR, o treinamento deve solicitar e propiciar o desenvolvimento dos mesmos grupos musculares utilizados na competição, trazendo uma aproximação significativa entre o princípio da especificidade e a prática da modalidade. No entanto, apesar da literatura ligada ao *treinamento esportivo*<sup>15</sup> defender o trabalho das capacidades condicionantes, a escassa publicação sobre o treinamento esportivo na ginástica rítmica defende que o trabalho nesta modalidade deva focar capacidades físicas como a flexibilidade, coordenação, a resistência (anaeróbia, muscular localizada e aeróbia) e a força explosiva.

Segundo Laffranchi (2001, 2005) dentro desta modalidade a capacidade física de resistência também é trabalhada em suas diversas manifestações, com enfoque à mobilização energética e à participação da musculatura. A primeira, quando em relação à resistência anaeróbia, mostra-se importante na sustentação da repetição de um determinado movimento, com constância e mesma eficiência, sendo imprescindível durante as longas repetições realizadas num treinamento técnico. Quanto à resistência aeróbia, apesar de não estar diretamente ligada à modalidade, seu trabalho é justificado, já que quando bem desenvolvida, permite à ginasta sustentar a atividade física por um longo período de tempo. Sobre a participação da musculatura, a diferenciação entre o trabalho geral e localizada, dar-se-ia dependentemente do período de treinamento em que as ginastas se localizem.

A capacidade física de força tem duas de suas manifestações mais trabalhadas na GR, a força explosiva e a resistência de força, que têm como enfoque principal auxiliar na execução dos movimentos da modalidade. A velocidade, apesar de extremamente importante dentro do campo do Esporte, na ginástica rítmica não é desenvolvida especificamente, mas sim em conjunto com os exercícios utilizados no trabalho de força explosiva e/ou rápida.

Já a flexibilidade, por ser uma das principais capacidades físicas na prática da ginástica rítmica, deve receber uma atenção especial.

---

<sup>15</sup>Entende-se como *treinamento esportivo* o processo de treinamento utilizado como base por todas as modalidades esportivas.

Os movimentos dentro da modalidade necessitam de grande amplitude das diferentes partes do corpo (ARCE; PALMEIRO, 1998), e esta depende da mobilidade articular expressa pelas propriedades anatômicas da articulação e da elasticidade muscular (ZAKHAROV, 1992) e deve ser trabalhada diariamente, segundo a literatura, e em quase todos os tipos de exercícios possíveis dentro da modalidade.

Na tentativa de elaborar um plano coerente à preparação física na GR, Laffranchi (2005) propôs um sistema de trabalho chamado de “Preparação Física para Ginastas” (PFG) referente à preparação física específica, cujo objetivo é o desenvolvimento das capacidades físicas através de movimentos específicos da modalidade. Em sua tese, a autora traz a importância de realizar esses exercícios no início da sessão, apoiada em autores como Canalda Llobet (1996), que justificam o fato, ao preparar o organismo da ginasta para realizar a parte técnica com eficiência. A PFG é composta por dois tipos de exercícios, *os exercícios na barra*, que visam aproximar os exercícios da preparação física à realidade dos elementos presentes no código de pontuação e *os exercícios no centro*, que visam a utilização do solo para facilitar as correções de postura e posição das articulações (FERNANDEZ DEL VALLE; JASTRJEMBSKAIA; TITOV apud LAFFRANCHI, 2005).

A preparação física geral (PGE) objetiva desenvolver as capacidades físicas julgadas importantes para a modalidade (flexibilidade, resistência muscular localizada, resistência anaeróbia e potência). A PGE deve ser desenvolvida ao final das sessões de treino, pois segundo Barbanti (1997), a fadiga e o desgaste físico provocados por esta parte da sessão prejudicariam o treinamento técnico.

As sessões de treinamento na GR são organizadas visando a execução perfeita dos movimentos; para isso a repetição se apresenta como uma das formas mais utilizadas para o alcance desta perfeição, como cita Róbeva (1991, p. 168) à respeito das longas sessões de treinamento: “Ninguém nasce com vitória e sucesso assegurados; deve-se ao contrário, lutar muito, fatigar-se com a monotonia e a surpresa dos treinos diários. A vitória surge do trabalho e de sacrifícios [...]”. No entanto, apesar da repetição ser uma forma de busca do aprimoramento técnico, quando realizada em alta quantidade pode interferir no rendimento físico e técnico do atleta, impedindo melhoras significativas nas coreografias.

Dentro dessas sessões as técnicas/treinadoras buscam desenvolver a técnica corporal, também chamada de dificuldade corporal (D1), que abrange habilidades motoras de correr, saltar,

equilibrar, girar, entre outras, compondo por sua vez os Grupos Corporais da Ginástica Rítmica, que são divididos em fundamentais (salto, equilíbrio, *pivots* e flexibilidades/ondas) e outros grupos (deslocamentos, saltitos, balanceamentos e circunduções, giros e passos rítmicos).

As sessões de treinamento ainda buscam desenvolver a técnica de aparelho, caracterizada no código de pontuação como dificuldade de aparelho (D2), e trata de todos os movimentos relacionados ao manuseio do aparelho, ou seja, as diferentes possibilidades de uso desses materiais. Apesar da freqüente conexão entre a ginástica rítmica e alto grau de flexibilidade das ginastas, é a utilização do aparelho a responsável pela diferenciação desta modalidade das outras ginásticas.

Segundo Laffranchi (2005) a pedagogia do treinamento em Ginástica Rítmica, como em qualquer outra modalidade, deve se preocupar em abranger, entre outros campos, a técnica, a tática e a preparação física. Para isso alguns métodos de trabalho são utilizados, que segundo Llobet (1996), deveriam ser trabalhados conjuntamente (vertente analítica e global).

A forma analítica justifica o treinamento de exercícios reproduzidos de forma isolada, também chamada por técnicos e ginastas como elementos isolados, base da compreensão dos procedimentos e execução de exercícios novos e de alta dificuldade. O método global estimula que a ginasta conheça a lógica do movimento, permitindo que esta intua sobre decisões a serem tomadas, percebendo as interações corretas no espaço e no tempo, para a melhor execução dos movimentos.

No entanto, para a exata compreensão do objetivo da pesquisa, fez-se necessário uma revisão dos conceitos a respeito da estruturação de centros de treinamento no Brasil.

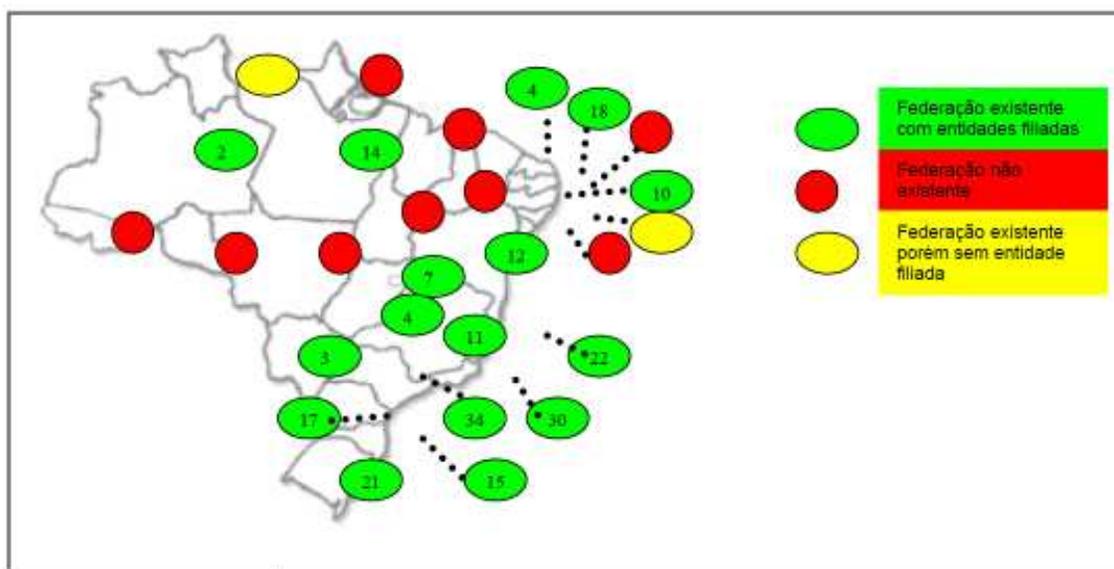
## 4 CENTRO DE TREINAMENTO

Os Centros de Treinamento, também chamados como centros de excelência por algumas instituições, são tidos como espaços destinados à prática esportiva que visam incentivar o desenvolvimento e a permanência de atletas de alto rendimento no território nacional, propiciando instalações esportivas compatíveis com as necessidades do esporte de alto rendimento.

Vale ressaltar a necessidade de melhor compreensão do significado de Centro de Treinamento, pois acredita-se que esta auxiliará no entendimento da finalidade desses centros, podendo fornecer uma padronização do termo (centro de treinamento ou centro de excelência) e uma possível função específica para cada um deles. É importante mencionar que após as visitas em loco, associada às experiências como técnica e atleta, notou-se que a ampliação da quantidade de centros de treinamento pode trazer experiências significativas à ginástica.

Em sua maioria, os centros são criados para possibilitar uma evolução do esporte em todas as suas manifestações: educacional, de lazer e de rendimento. Após uma investigação sobre quais modalidades compartilhariam da idéia de utilização dos centros de treinamento, verificou-se que tal fenômeno está inserido em diferentes modalidades, sejam elas coletivas ou individuais. Mas não há uma unanimidade, já que diversas opiniões coexistem, haja vista as diferentes estruturas pertinentes a cada modalidade.

Atualmente, há no Brasil 18 federações reconhecidas pela Confederação Brasileira de Ginástica, sendo que existem cerca de 224 instituições filiadas ou vinculadas a essas federações. Schiavon (2009) apresenta uma figura que representa a distribuição da Ginástica no país, demonstrando os estados em que há federações, e quantas são as entidades a estas vinculadas.



**Figura 7: Localização das federações estaduais de Ginástica e a quantidade de entidades filiadas em cada uma delas.**

Fonte: Schiavon (2009, p. 32).

A Figura 7 se mostra importante, pois permite visualizar a organização da Ginástica no Brasil, com o quadro de praticantes, o que propicia melhor compreensão do aparecimento dos talentos esportivos nas modalidades gímnicas.

Nota-se a presença de maior número de entidades filiadas a federações nas regiões sul e sudeste, porém não é possível afirmar com exatidão quantas delas são responsáveis pela prática da ginástica rítmica.

Entretanto, após a pesquisa citada anteriormente em relação aos campeonatos nacionais (CBG, 2010) nota-se que as entidades situadas nas regiões sul e sudeste, com destaque dos Estados do Paraná e do Espírito Santo, obtiveram maior expressividade em campeonatos nacionais, reafirmando uma das idéias defendidas pela Pedagogia do Esporte de que quanto maior o número de praticantes, melhor os resultados obtidos.

Para entender a composição da seleção brasileira de ginástica rítmica, já explicitada anteriormente, faz-se necessário verificar, como se percebe no quadro 9, as entidades campeãs dos Torneios Nacionais e Campeonatos Brasileiros da modalidade.

**QUADRO 9– Resultados das entidades em Torneios Nacionais e Campeonatos Brasileiros em 2009 e 2010.**

TORNEIO NACIONAL				CAMPEONATOS BRASILEIROS		
Categorias		2009	2010	Resultados	2009	2010
<b>Pré-Infantil</b>	I	AABB/Tijuca/RJ	Norsul/SC	<b>Equipe</b>	Sadia/PR	UNOPAR/PR
	II	SERC/SP	Sadia/PR	<b>Ind. Geral</b>	Oficiais/ES	Adeblu/SC
	----			<b>Conjunto</b>	UNOPAR/PR	UNOPAR/PR
<b>Infantil</b>	I	GRM/MG	CIEF/DF	<b>Equipe</b>	UNOPAR/PR	Sadia/PR
	II	CIEF/DF	CIEF/DF	<b>Ind. Geral</b>	Sadia/PR	Sadia/PR
	----			<b>Conjunto</b>	Sadia/PR	UNOPAR/PR
<b>Juvenil</b>	I	AGIR/PR	Oficiais/ES	<b>Equipe</b>	Oficiais/ES	Sadia/PR
	II	R.MUNDI/PR	Sogipa/RS	<b>Ind. Geral</b>	Oficiais/ES	Oficiais/ES
				<b>Conjunto</b>	Oficiais/ES	Oficiais/ES
<b>Adulto</b>	----	GRM/MG	Coesi/SE	<b>Equipe</b>	Sadia/PR	Oficiais/ES
	----			<b>Ind. Geral</b>	Sadia/PR	Sadia/PR
	----			<b>Conjunto</b>	Sadia/PR	Sadia/PR

É pertinente destacar a diferença entre as duas competições apresentadas no Quadro 9. O Torneio Nacional é uma competição considerada preparatória para a entrada das ginastas em eventos nacionais. Tem como característica a presença de um grande número de atletas, possibilitando a prática a nível nacional para inúmeras entidades. Este torneio é dividido em dois níveis, sendo o nível II o representante dos estreantes na categoria e daqueles que ainda não obtiveram índice para evoluir ao nível I. É importante ressaltar que as ginastas participantes de campeonatos brasileiros, seja individual ou conjunto, só podem retornar a participar do Torneio Nacional após, pelo menos, dois anos de afastamento.

O campeonato brasileiro engloba a elite das competições nacionais, e é ele o responsável por selecionar atletas para a representação do Brasil a nível internacional.

A partir do Quadro 9, nota-se, o destaque de entidades como Sadia (PR), UNOPAR (PR) e Oficiais (ES), revelando o revezamento dessas entidades nas diferentes categorias e provas. É interessante observar o destaque da equipe UNOPAR (PR) nas equipes de base (pré-infantil e infantil), enquanto as outras duas entidades se revezam em todas as categorias competitivas.

Entretanto, quais seriam as justificativas para tão ocorrência, quais seriam os fatores que levariam as equipes em continuar demonstrando um destaque significativo nas categorias juvenil e adulto. Acredita-se que investimento em infra-estrutura, capacitação dos técnicos e outras questões estruturais auxiliariam neste andamento, no entanto, questões como metodologia de treinamento, cobranças, planejamento e outros interesses também são fatores que podem afetar o mantimento das equipes e todas as suas categorias.

Após contato com as federações estaduais, de acordo com os endereços disponíveis no site da CBG, verificou-se que a ginástica rítmica conta atualmente com poucos centros de treinamento no país. É importante registrar que responderam à consulta apenas as federações dos Estados do Rio de Janeiro, de São Paulo e do Rio Grande do Sul, além do Distrito Federal, que confirmaram a ausência de centros de treinamento da modalidade em seus estados.

Na tentativa de melhor administrar o esporte no Brasil, foi criada uma entidade intitulada Rede CENESP - Centro de Excelência Esportiva, programa do Ministério do Esporte (ME), que busca o desenvolvimento e a aplicação de tecnologias de ponta na área esportiva, com o propósito de promover a detecção e promoção de novos talentos, bem como desenvolver o esporte em escolas, clubes e comunidades, a partir do auxílio de instituições de nível superior.

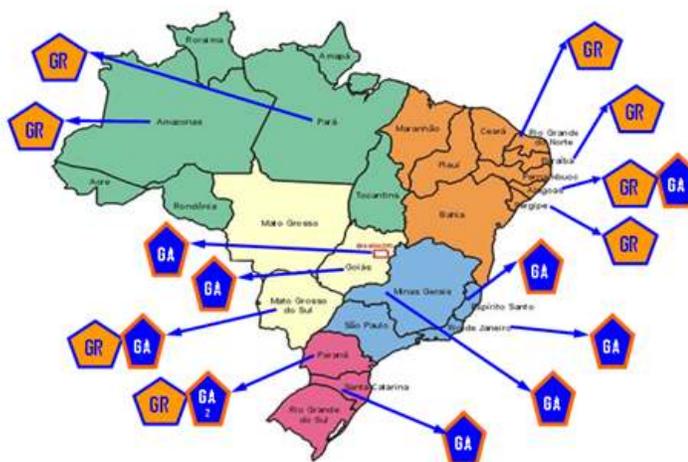
As ações pertinentes a essa rede são: a avaliação de atletas (a partir do controle, planejamento e aperfeiçoamento do desempenho esportivo), a detecção de talentos esportivos (em competições, estudos e pesquisas científicas e tecnológicas para o desenvolvimento do esporte), desenvolvimento profissional e promoção de eventos e intercâmbios científicos e tecnológicos para o esporte, buscando sempre o crescimento da máquina esportiva ao redor do alto rendimento.

A Rede CENESP conta hoje com a parceria de nove instituições como as Universidades Federais de Minas Gerais (UFMG), do Rio Grande do Sul (UFRGS), de Santa Maria (UFSM), de São Paulo (UNESP) e algumas outras estaduais, como a de Londrina (UEL), de Santa Catarina (UDESC), de São Paulo (USP), entre outras. Essas instituições são responsáveis por auxiliar no cumprimento dos objetivos da rede e na evolução dos estudos sobre o esporte, dentre esses constam estudos como, por exemplo, a força da impulsão do salto do nadador Xuxa em várias simulações, o salto (duplo twist carpado) da ginasta Daine dos Santos e a modelagem do pé do tenista Guga (<http://www.esporte.gov.br/snear/cenesp/default.jsp>).

No entanto, apesar do apoio do Ministério do Esporte, do Comitê Olímpico Brasileiro (COB), e da própria Confederação Brasileira de Ginástica, os centros de treinamento na ginástica rítmica, em sua maioria voltados ao rendimento, são ainda manifestações do setor privado.

Pensando na ampliação e democratização da Ginástica, a CBG, em parceria com a Caixa Econômica Federal (CEF), lançou o programa "*Centro de Excelência Caixa – Jovem Promessa de Ginástica*", buscando levar estruturas adequadas à prática da Ginástica nas cinco regiões do país, como pode ser visto na figura 8 abaixo, proporcionando que as crianças interessadas pratiquem a Ginástica de maneira adequada.

**Estados com Centro de Excelência CAIXA – Jovem promessa de Ginástica**



**Figura 8: Estados que possuem o programa da CBG/CEF.**  
**Fonte: CBG, 2010.**

Este projeto visa a aquisição de equipamentos de ginástica artística e rítmica, uniforme para as crianças, contratação de monitores, confecção de manual e apoio para a realização de torneios estaduais. Tem como meta, também, iniciar a criação de um banco de dados, identificando crianças com qualidades físicas que se aproximam do perfil de ginastas para as diferentes modalidades (CBG, 2010).

Em relação aos projetos vinculados à seleção brasileira, busca-se seguir a estratégia de preparação olímpica em ciclo de quatro anos, visando alcançar a melhora do nível das atletas e dos resultados em competições, confirmando o sistema de treino aplicado pela Alemanha Oriental nas décadas de 1960 e 1970 (PLATONOV, 2008).

Partindo deste princípio, a Confederação Brasileira de Ginástica, em conjunto com a CEF (por meio do programa Caixa – Ginastas de Rendimento), formou os centros de treinamento das diferentes provas da GR, o centro de individual e de conjunto, que são supervisionados por coordenadores da modalidade e são responsáveis por abrigar as seleções e propiciar um ambiente de treino de alta qualidade.

Apesar da iniciativa da CBG/CEF através do projeto “Jovem Promessa da Ginástica” de divulgação e desenvolvimento da Ginástica no país, são os centros financiados pelo setor privado que mais formam ginastas de destaque nos campeonatos nacionais e que por sua vez são encaminhadas à seleção brasileira. Esses centros seguem a teoria trazida pela literatura, pela qual se contemplam a base, o desenvolvimento (aperfeiçoamento) e o alto rendimento, como faz a UNOPAR (Universidade do Norte do Paraná), que conta hoje com o projeto intitulado “Projeto Permanente de Extensão”, financiado pela Universidade, e que busca desenvolver a prática da ginástica rítmica da iniciação ao alto rendimento. Outro centro que segue metodologia similar é o de Toledo (PR), desenvolvido pela parceria Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI, que possibilita que as crianças deste município pratiquem ginástica rítmica de forma prazerosa, e ainda sejam selecionadas para as equipes de competição.

Tais centros, sejam eles de iniciativa pública ou privada, têm como meta beneficiar as diversas faixas etárias e as inúmeras possibilidades de atuação da ginástica rítmica. Para isso, são criados os projetos de iniciação esportiva à modalidade, que por sua vez são responsáveis pela captação de futuros atletas.

Apesar do caráter inclusivo, deve-se atentar à idéia guia destas iniciativas, qual seja, de identificar e promover talentos. Neste sentido, Róbeva e Rankelóva (1991) trazem a importância da rigorosa separação entre as idades nos primeiros anos, pois, segundo as autoras, esta seria a fase de aprendizagem do alfabeto dos movimentos, ou seja, o momento no qual as crianças aprenderiam a forma correta de execução dos movimentos, justificando a atenção dada a este momento. O mencionado trabalho ainda traz considerações de que posteriormente a idade não será fator limitante, mas sim a capacidade apresentada pela criança, justificando o treinamento de ginastas jovens em conjunto com as mais experientes, pois como trazem as autoras: “uma ginasta dotada não deve ficar com outras que progridem mais devagar” (RÓBEVA; RANKELÓVA, 1991, p.94).

Portanto, a partir das discussões sobre os centros de treinamento, equipes de destaque no cenário nacional, decidiu-se em visitar os centros de treinamento de Toledo - PR (Sadia), Aracaju - SE (Centro Nacional de Treinamento em GR) e Londrina - PR (UNOPAR), já três centros, dentre os quatro possíveis, foram os selecionados para a pesquisa. É importante ressaltar que o centro de treinamento de Vitória - ES (Clube dos Oficiais) foi excluído da análise quando a sede da seleção brasileira de conjunto migrou desta localidade para Aracaju.

Por fim, para melhor compreensão da estrutura física e organizacional, bem como do processo de treinamento e dos profissionais atuantes nos centros de treinamento, o presente estudo utilizou os métodos de pesquisa descritos no tópico a seguir.



## 5 MÉTODOS

Este estudo é caracterizado por contemplar a pesquisa qualitativa e a quantitativa, primeiramente pelo fato da amostra pesquisada ser quantitativamente pequena, já que se refere a apenas três centros de treinamento. Atendendo aos objetivos da pesquisa qualitativa, este tem-se como meta interpretar o fenômeno estudado, analisando os recursos humanos, com foco nos profissionais que trabalham nos centros de treinamento, a estrutura física dos mesmos e o conteúdo de treino trabalhado, a fim de seguir a linha da observação, descrição, e compreensão do significado, configurando assim a pesquisa descritiva.

A documentação indireta e direta foram as formas utilizadas para a realização do trabalho. A primeira foi realizada através da pesquisa bibliográfica e a segunda, conforme definem Marconi e Lakatos (2003), corresponde ao levantamento de dados no próprio local em que os fenômenos ocorreram.

Nesta pesquisa, uma das formas de se realizar a documentação direta foi por meio da pesquisa de campo, que segundo Chizzoti (2003), é aquela utilizada com o objetivo de conseguir informações acerca do problema a ser investigado, buscando uma resposta, comprovação de hipóteses ou aprofundar os conhecimentos que se tem sobre o fenômeno em questão. Este trabalho consistiu na observação dos fatos tal como ocorrem espontaneamente no ambiente sob análise, com o registro de informações relevantes ao fenômeno.

Esse método foi escolhido em decorrência da necessidade do estudo, qual seja, o de verificar três dos principais centros de treinamento do país, com a averiguação dos profissionais atuantes em cada centro, da estrutura física e do conteúdo do treinamento das atletas.

Inicialmente, realizou-se uma pesquisa bibliográfica sobre os temas relevantes para pesquisa em questão: esporte, pedagogia do esporte e suas manifestações na iniciação e no treinamento esportivo, assim como seleção de talentos e especialização precoce. Tratou-se ainda da modalidade ginástica rítmica, foco da pesquisa, e dos aspectos referentes à pedagogia da iniciação e ao treinamento nesta modalidade.

Com os dados da pesquisa direta em mãos, tornou-se possível a delimitação dos sujeitos do estudo. Após a pesquisa a respeito das equipes de destaque no cenário nacional foi

possível delimitar quais seriam os centros de treinamento escolhidos para o estudo. Foram observadas ações como:

- Instituição pioneira na implantação de um centro de treinamento no país;
- Ter sido e/ou ser sede da seleção brasileira de ginástica rítmica;
- Possuir ginastas da seleção brasileira em sua instituição;
- Possuir estrutura física específica e exclusiva para a prática da GR.

A partir do momento em que foram estabelecidos os critérios para a seleção dos centros de treinamento a serem observados, encontramos no país a presença de quatro centros, sendo dois no Estado do Paraná, um no Estado do Espírito Santo e o último em Sergipe. É importante esclarecer que o centro implantado em Vitória (ES) foi de 2005 a 2008 a sede da seleção brasileira de conjunto, que posteriormente foi deslocado a Aracaju (SE), onde se encontra até hoje. A partir desse momento o centro de Vitória passou a ser chamado de Clube dos Oficiais do Exército.

Sabendo-se quais seriam os centros a serem visitados, realizou-se um estudo piloto para a verificação do protocolo de pesquisa. Esta verificação ocorreu em Manaus (AM) juntamente ao centro de treinamento implantado pelo Ministério do Esporte e hoje financiado pelo Governo do Amazonas. Através do estudo piloto foi possível ajustar o roteiro de observação, rever os procedimentos para o relato da estrutura do local e do conteúdo de treino, assim como repensar os questionários que seriam aplicados aos profissionais e atletas dos centros selecionados. Apesar de não representar como um centro importante para a ginástica rítmica brasileira, o centro de treinamento de Manaus possibilitou a verificação das expectativas para o cumprimento do presente estudo.

A pesquisa trabalhou, portanto, com três centros do país, dois da região sul e um da região nordeste. Embora se entenda os demais centros de treinamento como futuros ambientes de pesquisa.

O primeiro, com sede em Londrina (PR), trata-se de uma Universidade – Universidade do Norte do Paraná (UNOPAR). O segundo local fica em Toledo (PR), no centro de treinamento financiado pelo grupo Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI. E o terceiro local, o

centro nacional de treinamento em Aracajú, sede da seleção brasileira de conjunto, com apoio da Confederação Brasileira de Ginástica (CBG).

Posteriormente foram selecionadas as técnicas utilizadas para a realização da coleta de dados. Nesta etapa, foram escolhidas a observação não participante e a realização de questionário aos profissionais e atletas. Seguindo-se à observação não participante utilizou-se o diário de campo para registrar as observações dos treinos, e o auxílio de imagens fotográficas, com a utilização da câmera fotográfica digital, modelo Sony Ericsson – DSC-W30, para registrar a estrutura física dos locais. Os registros da estrutura física foram realizados através de imagens (fotos), enquanto o conteúdo de treino foi registrado através da filmagem. Para que fosse possível quantificar a estrutura dos centros de treinamento, um roteiro de observação (APÊNDICE A), foi elaborado, buscando observar itens necessários para a implantação e sustento de um CT.

O questionário contou com perguntas abertas e fechadas, e abordavam, para os profissionais (técnicos e dirigentes) (APÊNDICE B), assuntos referentes à formação profissional, conteúdo de treino e experiência com a profissão. Para as ginastas (APÊNDICE C), as questões giravam sobre a iniciação e experiência na modalidade, e também sobre o conteúdo de treino.

Utilizou-se a amostragem intencional, que segundo Martins (2007) trata-se da escolha de um grupo a partir de um determinado critério, do qual se deseja saber a opinião. Neste estudo, o grupo escolhido são os profissionais e atletas dos três centros de treinamento de referência em ginástica rítmica.

Na UNOPAR, a pesquisa englobou sete profissionais e seis ginastas por categoria, sendo quatro categorias que atuam neste local. Em Toledo, o estudo objetivou as ginastas de diferentes categorias, mirim (7 e 8 anos) até adulto (acima dos 16 anos), assim como técnicos, auxiliares e dirigentes do mesmo. E em Aracajú, o trabalho visou as oito ginastas componentes da seleção brasileira de conjunto, além dos sujeitos atuantes dentro destes ambientes, tais como técnicos e outros profissionais da modalidade.

Para a realização da pesquisa, foi necessária a apresentação da mesma ao Comitê de Ética da Faculdade de Ciências Médicas da Unicamp (ANEXO A), juntamente com as autorizações fornecidas pelos centros visitados (ANEXOS B-D). Foram fornecidos aos sujeitos esclarecimentos sobre objetivos, métodos e procedimentos da pesquisa através do Termo de Consentimento e Livre Esclarecimento (APÊNDICE D).

A análise de conteúdo, segundo Bardin (2001) é representada por um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens, ou seja, esta análise permite a verificação da forma mais adequada à pesquisa do conteúdo coletado.

Dentro da pesquisa qualitativa, a análise de conteúdo tem o objetivo do tratamento dos dados coletados, interpretando-os e aproximando-os da realidade do pesquisador, buscando a compreensão de características, estruturas e modelos das mensagens analisadas (GODOY, 1995). Já para a pesquisa quantitativa esta análise se dá a partir da busca de opiniões, e trata com os dados obtidos e tabulados em forma de tabelas ou gráficos.

No presente estudo, a partir da interpretação e da tabulação dos dados obtidos com a pesquisa de campo, observacional, com registro de imagens, e com aplicação de questionários aos profissionais e atletas, pensa-se ser possível traçar o perfil das ginastas e profissionais presentes nos centros de treinamento, assim como verificar itens relevantes à estrutura organizacional e física dos centros.

## 6 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS DADOS

Como dito anteriormente, a realização da pesquisa de campo foi dividida para ser realizada em três centros de treinamento do país.

Foram selecionados para a pesquisa os centros de Londrina – PR (UNOPAR), Toledo – PR (SADIA) e Aracajú – SE (Centro Nacional de Treinamento), os últimos dois centros abrigam as seleções de individual e conjunto respectivamente.

### 6.1 Apresentação dos Centros de Treinamento – Estrutura organizacional

#### 6.1.1 Universidade do Norte do Paraná – UNOPAR – Londrina (PR)

A ginástica rítmica na Universidade do Norte do Paraná (UNOPAR) funciona desde 1972 através do projeto iniciado pela professora Elisabeth Laffranchi, com objetivo de desenvolver o trabalho de base da GR em Londrina. Este projeto funcionava também das dependências do colégio São Paulo, de patrimônio da família Laffranchi, e é mantido até os dias atuais, porém com outra denominação – “Escola de Iniciação em Ginástica Rítmica da UNOPAR – da iniciação ao alto nível”.

A “Escola de Iniciação em Ginástica Rítmica da UNOPAR – da iniciação ao alto nível” faz parte atualmente na universidade de um projeto denominado “Projeto Permanente de Extensão”, que permite que crianças da comunidade participem de atividades no contra turno escolar. Esta iniciativa tem focos diferenciados, o primeiro trabalha com a **inclusão e a proposta de cidadania** e conta com três pólos externos localizados em bairros carentes, trabalha em média com 350 meninas, que realizam aula duas vezes por semana, espontaneamente, com duração de 1h15.

A escola de iniciação trabalha com crianças de toda a Londrina, estas podem participar de testes de seleção, os quais acontecem duas vezes por ano, fevereiro e julho, e buscam analisar o somatotipo das crianças, visando meninas magras, longilíneas, com um bom grau de flexibilidade, principalmente na articulação coxofemoral e a coluna vertebral. A duração

dessa avaliação é de uma manhã, e conta com uma média de 200 crianças participantes. O objetivo principal deste teste é de formar uma equipe com bons resultados competitivos.

As crianças que não são selecionadas continuam nas turmas chamadas de escolinhas, que realizam aulas duas vezes por semana (3ª e 5ª feira), com duração de 1h15. Esse grupo é dividido em duas turmas, uma de 5 e 6 anos, e a outra de 7 e 8 anos. No fim do semestre as crianças passam novamente por outra avaliação, na qual é verificada a melhora nas habilidades e capacidades. A evolução das crianças e a melhora nos testes podem inclusive gerar uma promoção para o próximo nível do projeto.

As garotas selecionadas são encaminhadas para a **escolinha adiantada**, que ministra atividades três vezes por semana (2ª, 4ª e 6ª feira), com duração de 2 horas. As crianças que não evoluem para a escolinha adiantada são encaminhadas a outras atividades físico-esportivas, para que continuem a proposta de ampla variedade de movimentações e possibilidades.

As outras equipes, tidas como **competitivas**, envolvidas no projeto da escola de extensão têm como objetivo o treinamento e competições regulares, e são divididas em categorias: Pré-equipe, Pré-infantil, Infantil e Juvenil:

- Pré-equipe: atende crianças de 7 e 8 anos, que saem da iniciação adiantada e são encaminhadas para essa turma. As aulas acontecem quatro vezes por semana e tem duração de 2h30 (das 9h às 11h30).
- Pré-infantil: primeira categoria competitiva. Trabalha com crianças de 9 e 10 anos e as sessões de treinamento acontecem cinco vezes na semana, com duração de 3h30 (das 8h às 11h30).
- Infantil: são as crianças de 10 a 12 anos. Também têm aulas cinco vezes por semana, com eventuais treinos aos sábados, porém a duração é maior, 4h (das 14h às 18h). No entanto o aquecimento é iniciado às 13h30 com a auxiliar técnica.
- Juvenil: recebe as jovens com idade entre 13 e 15 anos. As sessões de treinamento ocorrem de 2ª a 6ª feira, com eventuais treinos aos sábados, e têm duração de 4h (das 14h às 18h). Aqui o aquecimento também é iniciado às 13h30 com a auxiliar técnica.

O projeto da Universidade do Norte do Paraná apresenta uma metodologia definida, que é desenvolvida para as diferentes etapas do projeto. A **inclusão** é composta por professoras,

classificadas neste projeto como monitoras (estagiárias), por ainda serem alunas do curso de graduação em educação física da universidade. A vantagem desta instituição em abrigar o centro de treinamento em GR decorre pelo fato de normalmente essas monitoras serem pessoas com experiência em ginástica, seja por já terem sido ginastas ou por terem vivenciado um estágio anterior na universidade. O planejamento desta etapa é realizado em conjunto com a professora chefe, ex-ginasta (importante, porém não imprescindível), graduada em educação física e pós-graduada em ginástica rítmica por esta instituição, e responsável pela iniciação. As aulas para esta turma têm duração de 1h15 minutos, e buscam trabalhar com cinco materiais oficiais da ginástica rítmica. Esses são divididos por bimestre, procurando trabalhá-los em todos os anos. É importante ressaltar que o uso de material diferenciado (alternativo) é permitido e incentivado em aulas e festivais, para que possam promover um desenvolvimento multilateral das crianças. Os elementos corporais específicos da modalidade também são trabalhados, porém com enfoque na ludicidade e exploração dos elementos.

O **treinamento para a competição** ocorre a partir da pré-equipe (8 e 9 anos de idade) e apresenta uma sistematização dos conteúdos para a evolução do treino, mas também para a organização do espaço de prática, já que normalmente este deve ser dividido por duas categorias competitivas. Em relação à organização do conteúdo, todas as atletas que treinam mais de 1h30 por dia têm a sessão dividida em dois períodos, com um intervalo de 15 minutos reservado para o lanche. Cada técnica faz o planejamento no início do ano, sempre baseado no ano anterior e nos calendários de competições e outros eventos, os quais são fechados juntamente com a coordenadora do projeto, para a própria fixação de prazos e metas. O início dos treinos ocorre em janeiro e perdura até dezembro, com recesso de duas semanas no meio do ano apenas para as escolinhas e a pré-equipe.

Cada categoria é dividida e designada às técnicas, pela coordenadora, por talento e afinidade com a turma. As ginastas que iniciam na competição têm sua vida competitiva planejada a longo prazo com a mesma técnica, para criarem um vínculo com a mesma. O centro de treinamento da UNOPAR funciona com o auxílio de monitoras/estagiárias, que recebem bolsa escolar, da instituição, porém a proporção desta não nos foi informada. Essas auxiliares são selecionadas de acordo com o interesse pessoal e disponibilidade de atuação nos treinos, independentemente do período letivo em que se encontram e da experiência anterior.

Apesar da filosofia da “Escola de Iniciação em Ginástica Rítmica da UNOPAR – da iniciação ao alto nível”, a questão competitiva é que impulsiona a modalidade na cidade. Embora não cobre resultados, são as competições que visam mostrar o trabalho realizado durante o ano, e são as boas apresentações nestes eventos que sustentam os investimentos realizados pela instituição. Em entrevista com a coordenadora do projeto, verificou-se que, do total investido no projeto anualmente 90% são provenientes da própria UNOPAR e os outros 10% são oriundos do projeto da lei de incentivo ao esporte da prefeitura de Londrina (FIEP), no entanto, o compromisso da prefeitura de Londrina é dependente da participação da equipe nos Jogos da Juventude paranaense. Esta verba é utilizada para o pagamento de competições estaduais, nacionais e internacionais, e das taxas da Federação Paranaense de Ginástica (FPRG) e da Confederação Brasileira de Ginástica, além do pagamento de despesas com as viagens (hospedagem, alimentação).

A verba originária da Universidade fica a disposição para o pagamento dos profissionais e a bolsa de estudo dos monitores, a verba para a alimentação diária das atletas de competição (almoço) e o pró-labore (auxílio com passes e lanches). Os collants e aparelhos do conjunto, uniforme de passeio e de treino também são provenientes desta verba. A escolinha é gratuita, porém as crianças necessitam arcar com a compra do uniforme de treino e devem manter como compromisso a assiduidade no projeto.

A universidade auxilia ainda com atendimento odontológico, nutricional e fisioterápico. Para a equipe de competição o atendimento é individual, enquanto para a escolinha o acompanhamento é feito através de palestras para os pais e ginastas.

O projeto conta atualmente com a infra-estrutura de três ginásios na universidade e a participação de em média 500 ginastas. Apesar de não participarem de competições, a entidade promove festivais, corroborando a idéia defendida pela pedagogia do esporte. Nestes eventos as turmas se apresentam normalmente com o próprio uniforme de treino, não exigindo gastos extras com vestimentas, permitindo que crianças de baixa renda se envolvam com a modalidade, e ao final de cada evento todas recebam medalhas pela participação.

A equipe de competição conta hoje com atletas na seleção brasileira juvenil e infantil, que quando convocadas devem representar o país em eventos internacionais. Porém a nova aquisição da equipe se deu com a técnica Camila Ferezin, procedente da UNOPAR, ex-

ginasta da seleção brasileira de conjunto na Olimpíada de 2000, auxiliar técnica na Olimpíada de 2004 e recentemente proclamada técnica interina da seleção brasileira de conjunto (CBG, 2010).

### **6.1.2 Parceria Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI – Toledo (PR)**

A ginástica rítmica no Município de Toledo teve início em 1990 com a professora Anita Klemann, ainda com o objetivo de disseminação da modalidade com as chamadas escolinhas de iniciação. Vinda da modalidade atletismo, o primeiro contato da professora Anita com a GR se deu durante o curso de graduação em educação física, no qual se interessou pela modalidade e passou a desenvolvê-la no Município.

O atual apoio cedido pela empresa Sadia aconteceu após projetos realizados juntamente à Casa da Cultura, clubes como AABB (Associação Atlética Banco do Brasil) e outras instituições.

A ginástica rítmica de Toledo conta atualmente com três parceiros que sustentam o Centro de Treinamento de GR. Esta iniciativa é financiada pela Sadia S/A, SESI e Prefeitura Municipal de Toledo, parceria considerada de origem financeira, pois existem ainda outros parceiros que auxiliam no andamento da estrutura, a Universidade do Paraná (UNIPAR), a UNIMED e a Associação Toledana de GR, mantida por familiares das atletas.

Para o bom andamento do projeto, as ações pertinentes ao mesmo foram divididas em duas frentes. **O Projeto Social** que tem o objetivo de proporcionar a prática da modalidade ginástica rítmica para as crianças interessadas, e conta atualmente com trinta pólos, atendendo aproximadamente todos os bairros do município. **O Projeto de Alto Rendimento** que busca promover a prática da GR a nível competitivo, selecionando atletas do Município ou fora dele para participarem da equipe.

Por ser uma organização complexa, serão descritas abaixo as obrigações pertinentes aos parceiros desse projeto.

- **Prefeitura Municipal de Toledo:**

O vínculo é mantido através da Secretaria Municipal de Esportes, responsável pelo pagamento das taxas de arbitragem, inscrição em eventos nacionais e o transporte em campeonatos estaduais. Em relação aos profissionais, realiza o pagamento de um professor e três

estagiários, e quanto ao centro de treinamento propriamente dito, tem a função de disponibilizar o material de consumo decorrente do funcionamento do CT, assim como o ônus relativo à conservação do imóvel e/ou reformas do centro.

- **SESI:** Tem como gestora a Prof<sup>a</sup>. Nadia Maria Amarante Fuchs.

É responsável pela estrutura do Projeto Atletas do Futuro (PAF), de característica social, que trabalha com os objetivos de contemplar a cidadania, os cuidados pessoais e a disciplina. Existente desde 2006, este projeto dispõe de 19 núcleos que atendem todos os bairros da cidade, somando aproximadamente 1500 crianças. O PAF trabalha com a proposta de 30 alunos por turma, atingindo ao final do processo 200 alunos por professor. Nesta parceria as crianças recebem uniformes e não pagam para participarem do projeto.

São oito os profissionais formados em educação física mantidos pelo SESI, que ingressam na instituição a partir de uma seleção com prova escrita e entrevista. Desses profissionais, duas professoras são mantidas para trabalharem apenas com a equipe de alto rendimento, outras três dividem sua carga horária entre a equipe de competição e o PAF, atendendo as escolinhas, e, por fim, os últimos três professores também atendem alunos do ‘Projeto Atleta do Futuro’, mas não possuem especialização em ginástica rítmica. Além desses professores, o SESI conta também com o auxílio de seis estagiários em EF.

A remuneração desses profissionais, assim como as despesas do CT, materiais para as atividades e a contratação de uma nutricionista, também são de responsabilidade do SESI, que conta com uma verba mensal de R\$ 30,00 por aluno para o pagamento dessas despesas.

Além das obrigações financeiras, o SESI é responsável por ceder o ginásio de Esportes, cuja área de 1.885,19m<sup>2</sup> abriga atualmente o “Centro de Excelência em Treinamento de Ginástica Rítmica”.

- **Sadia S/A:**

É responsável pelo Projeto de Alto Rendimento, o qual tem como finalidade o desempenho competitivo em campeonatos nacionais e internacionais. Esse projeto é desenvolvido no ginásio de esportes do SESI, supracitado como “Centro de Excelência em Treinamento de Ginástica Rítmica”, e tem como coordenadora técnica Prof<sup>ª</sup>. Anita Klemann, atual técnica chefe da equipe de competição dessa instituição, coordenadora e técnica da seleção brasileira permanente de individual. O coordenador geral do Projeto de Alto Rendimento, Dr. Pedrinho Furlan, diretor aposentado da Sadia, é também patrono e maior incentivador da modalidade no Município.

A empresa tem como responsabilidade o pagamento das seguintes despesas: transporte, estadia e alimentação em competições nacionais e internacionais; uniformes da equipe de competição; custeio dos contratos de representação das ginastas, que recebem contraprestação a partir do *ranking* em campeonatos brasileiros. Além disso, a empresa também é responsável pela remuneração do fisioterapeuta, do professor de ballet, dentre outras despesas.

- **Outros parceiros:**

A equipe de ginástica rítmica conta com alguns outros parceiros, os quais não possuem responsabilidades financeiras com a mesma. A Unimed auxilia disponibilizando um contrato especial de atendimento, no qual as ginastas pertencentes ao alto rendimento pagam apenas 50% do valor do plano de saúde.

Existe também a Associação Toledana de ginástica rítmica, organização mantida pelos familiares dos atletas, responsável por administrar os recursos repassados pela Sadia S/A. Além dessa função, a associação permite que as ginastas “reservas” da equipe compitam em competições nacionais, caracterizando uma segunda equipe mantida pela parceria Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI.

### **6.1.3 Centro Nacional de Treinamento (CNT) de Ginástica Rítmica – Aracaju (SE)**

O Centro Nacional de Treinamento de ginástica rítmica é uma iniciativa do Governo de Sergipe, e foi inaugurado em 2006, quando se caracterizava como sede da seleção brasileira de individual. Naquele ano a Confederação Brasileira de Ginástica estava localizada em Curitiba (PR) e, reconhecendo a iniciativa do Estado de Sergipe entregou-lhe uma placa como homenagem.

Sob a coordenação da Prof<sup>a</sup> Maria Cristina Vital, atualmente, o CNT abriga a seleção brasileira de conjunto, e esporadicamente acolhe as ginastas do individual. Essas ginastas foram previamente selecionadas em 2009, quando houve, em Curitiba, uma seletiva para todo o Brasil. Neste momento as quatro melhores ginastas do país contribuíram para a formação da seleção permanente de individual, em Aracaju (SE) e as outras ginastas foram escolhidas para compor a seleção permanente de conjunto em Vitória (ES).

Em 2010 houve uma nova seletiva em Aracaju (SE), sede atual da equipe brasileira de conjunto, com ginastas pré-selecionadas. O estabelecimento das ginastas em Aracaju gerou necessidades estruturais para a continuação da educação escolar, moradia e outras obrigações. Para isso foram realizadas parcerias com um colégio, para as ginastas que cursam o ensino médio e uma faculdade, para aquelas que buscassem a formação no ensino superior.

As despesas com o mantimento da seleção brasileira são de responsabilidade de três órgãos:

- **Governo de Sergipe:**

Ao Governo do Estado cabe a disponibilização de uma funcionária para efetuar a limpeza do centro de treinamento, assim como fornecer e arcar com os custos de moradia de ginastas e técnicas (vindas de outras localidades).

- **CBG e Caixa Econômica Federal (CEF):**

Essa parceria é fruto do patrocínio da Caixa Econômica Federal à Confederação Brasileira de Ginástica, em específico às seleções permanentes de ginástica artística (GA), rítmica (GR) e de trampolim (GTR). Esse patrocínio teve início em 2007, quando a CBG passou

a receber verbas oriundas da Lei Agnelo/Piva<sup>16</sup> (Lei nº 10.264) para o financiamento das modalidades olímpicas presentes dentro da Confederação (COB, 2010).

A verba disponibilizada à CBG objetiva arcar com os gastos como: remuneração dos profissionais como: coordenadora da seleção permanente; técnicas de individual e conjunto (contratadas pelo regime CLT com durabilidade de dois anos); professor de ballet; fisioterapeuta e médico. Existe ainda a remuneração das ginastas da seleção permanente, através de uma ajuda de custo; o gasto com o transporte na cidade de Aracaju (responsável por levá-las à escola e faculdade); o financiamento das refeições (realizadas em restaurante pré-determinado); e a limpeza da moradia.

O relatório apresentado pelo Comitê Olímpico Brasileiro (COB, 2010) em relação ao ano de 2009, demonstra algumas ações proporcionadas pela Lei Agnelo/Piva, tais como:

- Manteve o pólo de treinamento e desenvolvimento da modalidade em Vitória/ES para o conjunto, e iniciou um projeto para o individual no pólo de Toledo/PR;
- Manteve a Equipe Olímpica Permanente no conjunto e utilizou o sistema descentralizado para o individual;
- Manteve a comissão técnica permanente remunerada, com inclusão de uma técnica estrangeira;
- Reformulou a comissão técnica, incluindo uma coordenação, técnica estrangeira e técnicos brasileiros;
- Proporcionou a participação das Equipes Olímpicas Permanentes em treinamentos, estágios e competições internacionais oficiais, no Brasil e no exterior;
- Organizou e proporcionou a participação de profissionais em Cursos Técnicos da ODEPA (Organização Desportiva Panamericana) e de arbitragem internacional. (Fonte: [www.cob.org.br](http://www.cob.org.br))

Essas ações de 2009 permitiram um planejamento de gastos para 2010, o qual é ilustrado pela Figura 9.

---

<sup>16</sup>A Lei Agnelo/Piva foi sancionada pelo Presidente Fernando Henrique Cardoso em 16 de julho de 2001, com o objetivo de repassar 2% da arrecadação bruta das loterias federais do país ao Comitê Olímpico Brasileiro (COB). Em Agosto de 2001 criou-se o “fundo olímpico” a partir do qual as verbas oriundas dessa Lei são repassadas às Confederações Brasileiras Olímpicas. (fonte: [www.cob.org.br](http://www.cob.org.br))



**Figura 9: Gráfico de aplicação de recursos – Lei Agnelo/Piva.**  
**Fonte: [http://www.cob.org.br/sobre\\_cob/agnelo\\_piva.asp](http://www.cob.org.br/sobre_cob/agnelo_piva.asp).**

Apesar de esse quadro representar os gastos gerais das seleções permanentes de GR, GA e GTR, ele permite a visualização da aplicação dos recursos da Lei Agnelo/Piva juntamente à Confederação Brasileira de Ginástica. Este ilustra as despesas com preparação técnica através de estágios no exterior para as ginastas de individual e conjunto, a vinda de técnicos estrangeiros para estimular o treinamento das equipes em seu próprio território, e ainda as despesas com recursos humanos, competições e manutenção dos atletas.

O quadro apresenta o orçamento utilizado em 2008 e 2009, e estima o possível saldo para 2010. Verifica-se que o valor reservado para o desenvolvimento das Ginásticas de competição é alto, e que ainda sobra, permitindo que haja um maior investimento nos diversos campos descritos no quadro.

Nota-se que o valor gasto com recursos humanos é ínfimo, representado em 2008 por 1% do orçamento, e havendo uma queda em 2009 para 0,5%. Esta queda se deu provavelmente pelo retorno das atletas da ginástica artística feminina e ginástica rítmica individual as suas sedes, e troca de localização da seleção brasileira de conjunto.

A preparação técnica também apresentou uma redução no investimento do ano de 2008 para 2009 de quase 11%, o que provavelmente implicaria em queda no rendimento das atletas nas diversas seleções em comparação com anos anteriores. Apesar de no ano de 2009 haver um aumento com gastos em competições, eficiente método de avaliação e treinamento para os técnicos, o valor não utilizado da verba proveniente da Lei Agnelo/Piva é de 23% do orçamento geral.

Este fato implica em preocupação quanto ao crescimento da Ginástica brasileira em geral, a qual vem buscando a reestruturação e os bons resultados conquistados nos ciclos olímpicos de Sidney e Atenas.

Após a exposição da estrutura organizacional das três instituições é possível verificar a diferença entre os três centros de treinamento, primeiro em virtude do tipo de financiamento fornecido a cada um deles, ou seja, os dois primeiros centros são financiados por iniciativas privadas com apoio das prefeituras desses municípios, sendo a UNOPAR sustentada pelo projeto de extensão mantido pela Universidade e a equipe da Sadia mantida por uma parceria entre duas entidades e a Prefeitura, enquanto o Centro Nacional de Treinamento tem sua manutenção a partir de financiamento de agências governamentais, como o Governo de Sergipe, CBG, COB e patrocínio da Caixa Econômica Federal.

Além do financiamento, existe o projeto pedagógico das equipes. Os dois primeiros centros mantêm em seus espaços equipes de base e alto rendimento, buscando respectivamente atender a comunidade em geral com diversos núcleos espalhados pelas cidades, e as equipes de competição com ginastas selecionadas para esse fim. Ambos os centros possuem estrutura para democratização da GR, através de projetos nos quais a ginástica é praticada em ambientes distribuídos em diferentes bairros do município, e o ginásio central é utilizado para a prática do alto rendimento. Já o CT mantido pela Confederação Brasileira de Ginástica possui apenas uma categoria (adulta), com ginastas de todo o Brasil, atendendo o objetivo de defender a esquadra brasileira em eventos internacionais, e não apresentando por sua vez um projeto pedagógico vinculado à democratização da ginástica rítmica. Entretanto o fato do município de Aracaju se configurar como sede da seleção brasileira provocou o aumento para dez entidades praticantes de ginástica no Estado e filiadas a Confederação Brasileira de Ginástica, o que permite o entendimento de ídolos e mídia como grandes incentivadores da prática esportiva

No entanto, apesar das diferenças entre as propostas das equipes e dos centros de treinamento, é importante notar que todos dispõem de um sistema de acompanhamento médico e fisioterápico para as ginastas, enquanto apenas dois deles possuem acompanhamento nutricional.

Para contemplar a discussão a respeito da estrutura física e do conteúdo de treino desses diferentes centros, foram realizados diários de campo para cada local visitado, que serão expostos no próximo sub-tópico.

## **6.2 Diário de campo**

Os diários de campo foram elaborados a partir das observações no local onde os fenômenos ocorreram. Foram observados a estrutura física, organizacional e o conteúdo do treino. Para melhor entendimento desta estrutura realizou-se a captação de imagens, para uma compreensão real das proporções, possibilidades e instrumentação dos diferentes centros de treinamento abordados por esse estudo.

É importante ressaltar a diferenciação entre os diários de campo elaborados nas visitas aos centros de treinamento. A diferença entre os três centros se dá em virtude da estrutura física e organizacional de cada local, dos profissionais envolvidos, dos objetivos a serem alcançados e ainda pelo período do treinamento no qual foi realizada a coleta.

A equipe da UNOPAR foi visitada no mês de Abril/2010, período caracterizado pelo planejamento como período preparatório geral e coreográfico, enquanto as equipes da Sadia e seleção Brasileira de GR, visitadas em Outubro/2010, se encontravam em período competitivo e pré-competitivo, respectivamente.

### **6.2.1 UNOPAR**

A partir do protocolo de observação verificou-se a presença de três tipos de ginásio que compõem o centro de treinamento da UNOPAR. Dois são considerados poliesportivos, porém apenas um deles é utilizado pela equipe de competição em GR. Estes são, em outros momentos, divididos com outras modalidades competitivas ou de iniciação. O terceiro ginásio da universidade é o considerado exclusivo e específico para a prática da ginástica rítmica.



**Figura 10: Imagens do espaço físico pertencente ao Projeto Permanente de Extensão - UNOPAR.**

O espaço específico para a GR conta com dois tipos de barras de ballet, uma fixa na parede que toma o fundo e parte da lateral do centro de treinamento e outras duas móveis, fabricadas exclusivamente para a prática da ginástica rítmica. O espelho, item importante para o desenvolvimento das ginastas, também ocupa o fundo do ginásio, permitindo que várias das atletas o utilizem ao mesmo tempo. O tapete, fundamental à prática, ocupa toda a área de treinamento; para aproximar o centro de treinamento às exigências das competições internacionais, um tablado oficial foi adquirido, a fim de recriar as situações ideais de competição.

Os materiais estão distribuídos pelo ginásio e podem ser vistos na Figura 11.



**Figura 11: Imagens dos materiais presentes no Centro de Treinamento do Projeto Permanente de Extensão - UNOPAR.**

Quanto ao espaldar, somam-se cinco ao todo; estão distribuídos ao longo do ginásio, e o mesmo acontece com bancos suecos e cadeiras. Os aparelhos oficiais juntamente a outros acessórios importantes ao treinamento como colchões e colchonetes, placas de “step”, armários para os pertences das ginastas, para os uniformes e outros acessórios da equipe estão localizados na sala de materiais.

O ginásio específico da ginástica rítmica ainda conta com um sistema de som, um rádio estéreo portátil, um pequeno armário para guardá-lo e a outros documentos de uso imediato (código de pontuação, CDs de música, sistematização do treino, etc.) e uma mesa com algumas cadeiras para as técnicas. Nota-se ainda no local, alguns outros materiais que auxiliam no preparo das ginastas como a lousa, dois colchões com espessura de 30 cm e um cavalo de ginástica artística.

Em relação ao andamento do treino, a observação foi auxiliada pelo diário de campo, que continha anotações pessoais sobre o conteúdo trabalhado, assim como a captura de imagens em vídeo, para a posterior consulta. A aquisição de documentos pertencentes à organização também auxiliou na compreensão da composição do treinamento.

A estrutura de treinamento da UNOPAR é embasada no trabalho desenvolvido pela técnica Bárbara Laffranchi de 1997 a 2005, que após anos de trabalho e estudos publicou sua pesquisa no livro ‘Treinamento Desportivo Aplicado à Ginástica Rítmica’ (2001) e em sua tese de doutorado intitulada ‘Planejamento, Aplicação e Controle da Preparação Técnica na Ginástica Rítmica: análise do rendimento técnico alcançado nas temporadas de competição’ (2005). Esta programação é preparada conjuntamente pelas técnicas ao início do ano e adaptada às diversas categorias atuantes no centro.

A coleta de dados para esta equipe foi realizada no mês de Abril, compondo, ainda, o período preparatório geral.

O planejamento do microciclo é dividido em horários pré-estabelecidos, e busca atender as exigências da preparação física geral (PGE), preparação física específica (PFE), também chamada por Laffranchi (2001, 2005) de preparação física para ginastas (PFG), além da preparação técnica, tática e também emocional. A planificação do treino é determinada em sequências que têm a função de sistematizar, organizar e promover o controle de cargas dos exercícios realizados.

A sequência diária é dividida em: aquecimento, preparação física específica, flexibilidade, técnica de elemento corporal (um grupo por dia), técnica de aparelho, preparação física geral e alongamento. Cada parte do treino apresenta um objetivo específico, o *aquecimento* busca ensinar, moldar e aprimorar os elementos corporais, principalmente com as ginastas menores, este é o momento de introdução de novos elementos dentro do vocabulário motor da criança.

Outra parte designada pela equipe de *chão* procura realizar exercícios que visem o posicionamento e encaixe correto do corpo, focando em atividades no solo, como flexibilidade, força e saltos. Apesar de não indicarem em estudos, o projeto realiza o trabalho de resistência muscular localizada (RML) nos treinos de *chão*, a fim de otimizar o tempo das sessões de treino, agregando trabalhos de correção postural ao treinamento da RML. Porém é necessário atentar quanto a contra-indicação desta prática, já que o trabalho desta capacidade promove exigência energética diferenciada, o que por sua vez implica em desgaste no início do treino e queda no rendimento no restante dele.

Tem-se também as atividades como o *ballet*, que busca focar os equilíbrios e o trabalho postural, além de preparar a ginasta para o trabalho desta habilidade e de giros durante a

composição. A *diagonal* foca os elementos de giros, em concordância com a planificação do desenvolvimento dos elementos corporais no microciclo. O *centro* mistura os elementos corporais do ballet e da GR, as capacidades e habilidades a serem trabalhadas, focando em saltos com *assemblé*<sup>17</sup> e *pivots*. Por fim as *caminhadas na barra ou barra* são executadas com o objetivo de realizar atividade de preparação física e melhora na execução das dificuldades corporais.

Conforme relatado pela comissão técnica, é importante ressaltar que o conteúdo de treino foi pensado para essa equipe com o objetivo de trazer estímulos diversos a suas ginastas. Apesar de o ballet ser item imprescindível na preparação de uma atleta rítmica, a equipe UNOPAR fez a escolha de trazer uma grande variação de exercícios que objetivassem o ganho de força, flexibilidade e o controle postural.

As quatro categorias existentes no centro de treinamento têm um programa de treino exclusivo. A pré-equipe, que contempla alunas entre 8 e 9 anos, treina durante quatro vezes na semana sob a supervisão de uma técnica e uma auxiliar. O Quadro 10 esquematiza a distribuição dos conteúdos do treino durante a semana e a determinação dos horários.

**QUADRO 10 – Programa de treino da pré-equipe – UNOPAR 2010**

HORÁRIO	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
	Médio	Alto	Baixo	Médio	Alto
AQUECIMENTO 09:00 – 09:20	BARRA	CENTRO		CENTRO	PAREDE
09:20 -10:00 P.F ESPECIFICA	BALLET	CHÃO (RML)		CENTRO	CAMINHADAS NA BARRA
10:00 – 10:20 FLEXIBILIDADE	1 PERNA	2 PERNAS		BANCO SUECO	BARRA
10:20 – 10:30 INTERVALO	---	---		---	---
10:30 – 11:00 P. TÉCNICA	EQUILIBRIO	FLEXIBILIDADE		SALTO	PIVOT
11:00 – 11:30 P.F. GERAL	DUPLO	SALTOS (RML)		CIRCUITO	ESPALDAR (RML)

Fonte: UNOPAR (2010)

Nota-se a divisão da sessão de treino com a determinação de horários para cada conteúdo, aquecimento, preparação física específica, trabalho da capacidade física de flexibilidade, e posteriormente a parte técnica, preparação física geral e alongamento. As

<sup>17</sup> *Assemblé*: termo utilizado pelo ballet, do francês, significa junto ou reunido.

sequências de aquecimento e de preparação física seguem o modelo pré-estabelecido, enquanto a flexibilidade busca atender diferentes regiões a cada dia, promovendo a variabilidade de estímulos às diferentes articulações, e aproveitando o fato desta capacidade já ser trabalhada nas sequências previamente estabelecidas.

O aquecimento segue a lógica da preparação física específica, ou seja, a segunda-feira tem como objetivo da preparação específica o *ballet*, para isso o aquecimento dirigido é realizado já no local onde a atividade acontecerá, a barra. Quando tem-se como objetivo da PFE, o *chão* ou o *centro*, o aquecimento também é realizado no tablado de competição, o qual é chamado nos quadros de planejamento por ‘centro’.

A parte técnica se configura por trabalhar com uma dificuldade corporal (D1) por dia, já que como este programa de treino é referente ao período preparatório geral, este é o momento no qual as crianças aprendem novos elementos.

O trabalho de flexibilidade também necessita de diversos estímulos, para isso as sessões de treinamento são organizadas para esse fim. No programa de treino, esta parte é descrita de acordo com o objetivo do dia. Para a pré-equipe este componente está dividido da seguinte forma:

- 1 ou 2 pernas (flexibilidade ativa-estática): exercício no qual a ginasta realiza afastamento ântero-posterior e látero-lateral com o apoio de um ou dois dos membros inferiores em uma plano elevado;
- Banco sueco (flexibilidade passiva-estática): atividade parecida com a anterior, porém existe a participação da técnica, já que as ginastas chegam à máxima amplitude com uma força externa;
- Barra (flexibilidade ativa-dinâmica): exercício realizado na barra, no qual as ginastas realizam movimentos balísticos com o intuito de alcançar a máxima amplitude.

A parte técnica, dividida nesta categoria em relação aos grupos corporais do código de pontuação, visa desenvolver os requisitos básicos de cada grupo, trazendo novas vivências e aprimorando os exercícios anteriores. A preparação física geral, dividida em relação às atividades que serão realizadas no dia, objetiva preferencialmente o trabalho da resistência muscular

localizada, e trabalha esta capacidade de diversas maneiras, buscando a multiplicidade de estímulos.

O Quadro 11, busca trazer as mesmas informações, porém para as ginastas/alunas da categorias pré-infantil, com idades entre 9 e 10 anos de idade. A modificação da estrutura de treino está no fato de as ginastas realizarem um treino a mais na semana, além da inserção do trabalho com os aparelhos em suas sessões.

**QUADRO 11 - Programa de treino da equipe pré-infantil – UNOPAR 2010**

<b>HORÁRIO</b>	<b>SEG</b>	<b>TER</b>	<b>QUA</b>	<b>QUI</b>	<b>SEX</b>
	Médio	Alto	Baixo	Médio	Alto
AQUECIMENTO 08:00 – 08:10	Sozinhas	Sozinhas	Sozinhas	Sozinhas	Sozinhas
08:30 – 09:00 FLEXIBILIDADE	1 PERNA	BANCO SUECO	MMII, MMSS, COLUNA	FNP NA BARRA	2 PERNAS
09:00 – 10h00 P.F ESPECIFICA	CHÃO (RML)	BALLET	DIAGONAL	CENTRO	CAMINHADAS NA BARRA
10:00 – 10:15 INTERVALO	---	---	---	---	---
10:15 – 11:30 APARELHO	CORDA	BOLA/MLS	CORDA	BOLA/MLS	CORDA
ALONGAMENTO					

Fonte: UNOPAR (2010)

Pré-infantil é a primeira categoria competitiva da ginástica rítmica. Antes disso as ginastas participam de eventos caracterizados como festivais, que permitem que a criança pratique a modalidade sem focar no rendimento. A Confederação Brasileira, juntamente com as Federações e secretaria de esportes dos municípios, promovem respectivamente campeonatos nacionais, estaduais e regionais a partir dessa categoria, e esta trabalha normalmente com a série de Mãos Livres (MLS) e um ou dois aparelhos pré-determinados, o que possibilita o desenvolvimento da técnica corporal e de aparelho.

Os materiais escolhidos para a categoria pré-infantil são os estipulados pela CBG no início do ano. No ano de 2010 foram escolhidas a bola (individual) e a corda (conjunto), e serão mantidos por todo ele, exigindo que as ginastas consigam manuseá-los com boa coordenação e domínio. Apesar de não constar no programa de treino das equipes, as técnicas relatam que no período preparatório geral e ao fim do macrociclo, é permitido e estimulado que as ginastas vivenciem outros aparelhos que não foram trabalhados no ano.

O trabalho da preparação física específica e flexibilidade seguem a sequência estipulada pelas técnicas no início do ano, porém esta sofre algumas modificações em relação ao

volume e intensidade. A PFE desta categoria tem o acréscimo da *diagonal*, em decorrência do aumento de uma sessão de treino semanal.

A flexibilidade também apresenta diferenciação em relação à pré-equipe. O pré-infantil realiza, além do trabalho com 1 perna, 2 pernas e banco sueco, exercícios no solo para MMSS, MMII e coluna vertebral, assim como o método de Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva (FNP), que exige uma consciência corporal diferenciada e uma preparação física adequada.

Conforme o relato das técnicas, algumas vezes o intervalo e o alongamento são suprimidos a fim de contemplar o trabalho com aparelhos e a composição e treinamento das séries.

As categorias infantil e juvenil têm técnicas diferentes, no entanto o programa dessas categorias será apresentado em conjunto, por treinarem no mesmo horário, compartilharem a mesma auxiliar técnica e por fim, por já apresentarem competições de semelhante participação, como torneios nacionais, campeonatos brasileiros e inclusive campeonatos internacionais organizados pela União Panamericana de Ginástica (UPAG).

O Quadro 12 tratará de explicitar a organização para essas categorias, se diferenciando das outras categorias pela inserção da provas conjunto, e pelo trabalho quase que exclusivamente com as composições coreográficas.

**QUADRO 12 – Programa de treino das equipes infantil e juvenil – UNOPAR 2010.**

<b>HORÁRIO</b>	<b>SEG</b>	<b>TER</b>	<b>QUA</b>	<b>QUI</b>	<b>SEX</b>
AQUECIMENTO 13:30 – 13:50	Médio BARRA	Alto CENTRO	Baixo CORRIDA	Médio CENTRO	Alto PAREDE
13:50 – 14:40 P.F ESPECIFICA	BALLET	CHÃO (RML)	DIAGONAL	CENTRO	CAMINHADAS NA BARRA
FLEXIBILIDADE 14:45	1 PERNA	PAREDE	2 PERNAS	BANCO SUECO	BARRA
15:15 – 15:30 INTERVALO	---	---	---	---	---
15:30 – 16:00 P. TÉCNICA	EQUILIBRIO	FLEXIBILIDADE	ESPALDAR	SALTO	PIVOT
16:00 – 17:40 P. TÉCNICA	INDIV/ 2 AP 1 CONJ	INDIV/ 2 AP 1 CONJ	INDIV/ 2 AP 1 CONJ	INDIV/ 2 AP 1 CONJ	INDIV/ 2 AP 1 CONJ
17:40 – 18:00 P.F. GERAL	DUPLO	SALTOS (RML)	FEED BACK	CIRCUITO	ESPALDAR (RML)
18:00 – 18:15 ALONGAMENTO	INDIVIDUAL ABD (RML)	DUPLA DORSAL (RML)	---	IND ABD (RML)	DUPLA DORSAL (RML)

Fonte: UNOPAR (2010).

Neste grupo, os exercícios voltados à flexibilidade e preparação física geral apresentam uma progressão da carga, sendo para a capacidade física de flexibilidade duas séries de exercícios que iniciam na primeira semana com 1'00", e seguem aumentando em trinta segundos a cada semana, chegando ao término da quarta semana com o tempo de 2'30". Para os exercícios de resistência muscular localizada, os exercícios são aumentados em cinco repetições a cada semana, iniciando com três séries de vinte repetições e finalizando na quarta semana com trinta e cinco repetições.

A sequência de aquecimento é acompanhada pela auxiliar técnica para ambas as categorias, e contempla as articulações necessárias, tentando otimizar o tempo de treinamento. A preparação física específica também é ministrada pela auxiliar e tem a função de preparar as ginastas orgânica e tecnicamente. A flexibilidade atende a mesma função das outras categorias, de progressão e manutenção desta capacidade.

A parte técnica é dividida em dois momentos, o primeiro que visa o treinamento de elementos corporais, com ou sem aparelhos, e a segunda que aplica o treinamento das composições com aparelhos; esse é o momento no qual os elementos são colocados nas séries com música e aperfeiçoados ao nível competitivo. A preparação física geral trabalha com a resistência muscular localizada, com estímulos diferenciados para cada dia da semana. O *duplo* são saltos com duas passagens da corda por vez, e visam o trabalho de potência com a adição da

técnica do aparelho corda; já o *circuito* são atividades colocadas em sequência, que visam atender diversos aspectos da preparação física, ou seja, as capacidades físicas de resistência, força, velocidade, entre outras.

Na quarta-feira o *feedback*, é uma atividade responsável por trazer um momento diferenciado ao treinamento, é nesta ocasião que há uma troca de experiências motivacionais ou da vida cotidiana de ginastas e técnicas, na qual lêem-se trechos de livros, discutem-se apreensões ou outras questões presentes na vida das atletas.

O alongamento ainda tem a função de continuar o trabalho de RML para os músculos dorsais e abdominais, responsáveis pela estabilização e proteção da coluna vertebral (extremamente exigida nesta modalidade) da ginasta, e por fim trazer a calma e propiciar um período de volta à calma e profilaxia às ginastas.

Em decorrência da estrutura universitária proporcionada pelo campus, as ginastas da equipe UNOPAR contam também com acompanhamento fisioterápico e nutricional realizado por discentes e professores desses cursos na instituição.

### **6.2.2 Sadia/Prefeitura de Toledo/ SESI**

Seguindo-se o protocolo de observação notou-se um ginásio reconstruído para a utilização da equipe de ginástica rítmica financiado pela parceria Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI. Este ginásio é nomeado pelos fundadores e incentivadores do projeto como: “Centro de Excelência no Treinamento de Ginástica Rítmica de Toledo”, reinaugurado em 07 de Abril de 2010. Este ginásio foi construído com a intenção de atender os treinamentos e possíveis eventos como festivais e competições. Além da arquibancada para o público, o ginásio conta com rampas de acessibilidade para cadeirantes e escadas, além de um sistema de aquecimento e refrigeração do ginásio.

Em relação à estrutura geral do centro de treinamento, este conta com ambientes que buscam contentar aos profissionais e atletas que atuam no CT, e ainda o público em geral no caso de algum evento no local. O centro conta com (Figura 12):

- Administração
- Almoxarifado (sala de materiais)

- Cozinha e refeitório
- Sala de fisioterapia
- Sala de manutenção
- Sala para aulas de Ballet
- Sanitário feminino e masculino para uso comum;
- Sanitário para pessoas com necessidades especiais (feminino e masculino);
- Vestiário para uso exclusivo das ginastas.



**Figura 12: Imagens do espaço salas pertencentes ao Centro de Excelência no Treinamento da Ginástica Rítmica – Sadia.**

A sala de ballet é desenvolvida em forma retangular, apresenta uma de suas paredes recoberta por espelhos e outras duas possuem a fixação das barras de ballet, que por sua vez apresentam três tamanhos diferentes para atender as diversas categorias. Esta sala possui também um aparelho de ar-condicionado, mesa, cadeira e aparelho de som portátil.

Já a área específica para o treinamento, verificada na Figura 13, segundo relato dos dirigentes, é pensada como um centro de treinamento internacional, já que possui três carpetes oficiais disponibilizados em cima do tablado de madeira especial para absorção do impacto. Esses tablados ficam localizados lateralmente um ao outro, e podem ser divididos, quando necessário, por biombos que levam o logo da parceria financiadora.

A utilização desses biombos é interessante, já que além de separar as categorias competitivas e propiciar maior concentração às atletas, possuem a finalidade de preparar uma área adaptável para as aulas de uma pequena equipe de iniciação, que ocupa o CT por duas vezes semanais.



**Figura 13: Espaço físico do Centro de Excelência no Treinamento da Ginástica Rítmica – Sadia.**

Quanto ao material disponível no centro de treinamento nota-se a presença de seis mesas e cadeiras, divididas pelos três tablados. Essas mesas fazem parte da instrumentação dos técnicos e auxiliares, pois em cima desses locais ficam os aparelhos de som “mini system” e os cadernos pessoais de cada ginasta.

Nestes cadernos pessoais está a forma de controle do treinamento individual de cada ginasta, esses contêm os elementos gímnicos realizados por cada uma das crianças, os valores do código e o trabalho realizado pelo aparelho. Após a montagem das coreografias, são os cadernos que recebem as anotações sobre as falhas e acertos de uma coreografia, e permitem a visualização de quais são os elementos que necessitam de repetições para o aperfeiçoamento técnico.

No local existem ainda materiais de grande porte que são utilizados na preparação física das ginastas como o espaldar (dez ao todo, com espelhos por trás), colchonetes, bancos suecos adaptados para a prática da GR.



**Figura 14: Imagem dos materiais presentes no Centro de Excelência no Treinamento da Ginástica Rítmica – Sadia.**

A coleta de dados em Toledo foi realizada no período competitivo, no mês de Outubro. Em relação ao andamento do treino, a observação foi auxiliada pelo diário de campo.

Para a compreensão do planejamento do treinamento foram utilizadas anotações pessoais das técnicas, assim como relatos a respeito do período em que as ginastas se apresentavam e como se configura o andamento do treino.

A estrutura do treinamento da equipe Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI é embasada no trabalho de controle de cargas proposto por Matveiev (1981), conhecido por apresentar ao longo dos períodos de treinamento alternância entre volume e intensidade, e por ser adequado para atletas jovens.

O microciclo varia entre as categorias, mas a base de elaboração é a mesma entre as diferentes faixas etárias. A sessão diária é dividida em: aquecimento, diagonal ou espaldar (preparação física específica), flexibilidade e trabalho com aparelhos ou coreografias (para as ginastas que estão em período pré-competitivo ou competitivo).

O ballet é realizado diariamente para todas as categorias, embora em diferentes horários, mas normalmente tem duração de 1h diária. Conta com apenas um professor, que possui graduação em educação física e é ex-bailarino. Esse trabalho é realizado para todas as categorias atuantes no CT, pois objetiva complementar o treinamento, e não dificultar o desenvolvimento do mesmo.

No trabalho realizado em Toledo, cada parte do treinamento apresenta um objetivo específico, mas conforme relato da coordenadora técnica, tanto o aquecimento, quanto a preparação física específica, além de seus objetivos principais buscam preparar o corpo e desenvolver a flexibilidade das ginastas. O *aquecimento* tem o objetivo de preparar as articulações para a sessão diária; nesta etapa são realizados movimentos de força, velocidade, resistência de força e flexibilidade. Notou-se, a partir da observação, que a sequência trabalha com movimentos específicos da modalidade, e por consequência já tende a aprimorar os elementos corporais.

A *diagonal* faz parte da preparação física específica (PFE), enfatiza exercícios de equilíbrio, saltos e pré-acrobáticos, e apesar de realizar um trabalho com exercícios gerais, também tem o objetivo de realizar exercícios específicos da modalidade. O *espaldar* é o outro componente da PFE, e busca a prática de exercícios que visem a resistência de força, força rápida e isometria. O nome dessa etapa é caracterizado pelo local onde são realizadas as atividades, e objetiva complementar alguns movimentos já executados durante as aulas de ballet clássico.

A *flexibilidade* tem como característica principal exercícios com afastamento ântero-posterior e látero-lateral. Esses são normalmente executados em planos elevados, com o aumento da carga (altura da elevação) ao longo da carreira atlética das crianças. Outro fator que controla a intensidade da execução dessa atividade é o tempo de duração dos exercícios, que aumentam conforme a categoria e experiência. Esta etapa tem a finalidade de ampliar e conservar a flexibilidade já adquirida pelas ginastas. É importante ressaltar que esta capacidade física é trabalhada a partir de dois métodos, passivo e ativo, e não utiliza a participação das técnicas na ação, por assim acreditarem que esta ação preveniria futuras lesões.

As quatro categorias existentes no centro já são consideradas competitivas e participam freqüentemente de competições estaduais e nacionais. Todas apresentam um programa de treino exclusivo, embasados em autores do treinamento esportivo como Matveiev (1981) e Weineck (1999) e autores do treinamento esportivo aplicado à ginástica rítmica como Laffranchi, (2001) e Arce; Palmeiro (1998).

O quadro 13 retrata a intensidade das sessões de treinamento das equipes. A variação entre as categorias se dará a partir da quantidade de aparelhos com que uma ginasta trabalha, além da periodicidade das sessões (uma ou duas vezes diárias). É importante ressaltar que esse quadro retrata a realidade do período competitivo.

**QUADRO 13 – Estrutura do microciclo – Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI**

<u>SEG</u>	<u>TER</u>	<u>QUA</u>	<u>QUI</u>	<u>SEX</u>	<u>SAB</u>
Médio	Pesado	Leve	Médio	Pesado	Leve
<b>3x com o nº</b>	4x com o nº	2x com nº	3x com o nº	4x com o nº	(treino de
<b>estipulado de</b>	estipulado de	estipulado de	estipulado de	estipulado de	controle)
<b>erros e 1 boa</b>	erros	erros, e 1 boa	erros e 1 boa	erros	
		(expressiva)			

Nota-se que as ginastas devem realizar para cada dia do microciclo uma quantidade exata de composições bem executadas. Na segunda-feira, treino de intensidade média, as ginastas devem realizar três coreografias com uma quantidade pré-estipulada de erros, ou seja, sabendo-se que a ginástica rítmica busca movimentações perfeitas, as técnicas toleram, por exemplo, que as ginastas deixem o aparelho cair apenas uma vez ao solo, ou percam uma dificuldade corporal, possibilitando que a ginasta não desista na eventual ocorrência de um erro. A série ‘boa’, descrita acima, trata de uma coreografia realizada com beleza e plasticidade, atributos essenciais para a questão artística da GR.

Após a execução das composições com música, as ginastas devem realizar o treinamento de exercícios isolados, chamados nesta equipe por ‘repetições’, já que as ginastas devem repetir os erros cometidos nas coreografias com música, por um volume pré-determinado de vezes, a fim de fixar o padrão correto de execução, pois para o desenvolvimento da técnica é recomendado utilizar o método de ensino parcial (WEINECK, 1999).

Em relação às equipes atuantes no centro de treinamento do SESI, existem cinco turmas, divididas em quatro categorias:

- Pré-infantil: atende crianças de 9 e 10 anos de idade, e está dividido em duas turmas (I e II). Ambas as turmas treinam cinco vezes semanais.
  - Turma I – os treinamentos ocorrem no período da tarde (das 13h30 às 18h), são seis as ginastas que formam a equipe de individual.
  - Turma II - prática a modalidade pelo período da manhã (das 8h às 11h30), forma a equipe de conjunto e conta com seis ginastas.
- Infantil: trabalha com seis crianças de 10 a 12 anos. Também fazem aulas cinco vezes por semana, porém com a duração maior (das 13h30 às 18h30). Nesta categoria só existem ginastas de individual.

- Juvenil: Trabalha com nove ginastas, com faixa etária entre 13 e 15 anos. Dessas ginastas seis realizam individual e conjunto, e as outras três apenas individual para eventos menores. As sessões de treino acontecem de 2ª a 6ª feira, das 14h às 19h.
- Adulto: Treinamento de 2ª a 6ª feira. Também trabalha com dois grupos de ginastas a partir dos 16 anos. Isso implica em maior autonomia para as próprias ginastas e a possibilidade de uma maior intensidade no treinamento.
  - Manhã: Sessões das 8h às 11h30. São apenas as ginastas do individual, quatro ao todo.
  - Tarde: Sessões entre 13h às 17h. Treinamento de conjunto. Algumas das ginastas treinam dois períodos, por também fazer parte da equipe de conjunto.
  - Angélica: ginasta da seleção permanente de ginástica rítmica. Treina cinco vezes semanais, por dois períodos diários. Tem um treinamento específico e exclusivo, pois neste ano de 2010 trabalhou apenas com o individual.

*\* Todas as categorias realizam eventuais treinos aos sábados, que são caracterizados como treinos de controle, ou seja, são sessões que visam à simulação de uma competição, na qual as ginastas realizam as composições por apenas uma vez, com o traje competitivo e com julgamento.*

Como dito anteriormente, o planejamento das sessões é pensado de forma que as ginastas possuam diversos estímulos motores, e possam desenvolver as capacidades físicas determinantes para a prática da ginástica rítmica. O treinamento ainda busca a ampliação das habilidades técnicas pertinentes à modalidade.

O Quadro 14 a seguir busca ilustrar a organização do treinamento da categoria infantil.

### QUADRO 14 – Programa de treino – Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI

Estrutura do microciclo competitivo						
<u>Dias</u>	<u>SEG</u>	<u>TER</u>	<u>QUA</u>	<u>QUI</u>	<u>SEX</u>	<u>SAB</u>
<b>Int/vol</b>	Médio	Pesado	Leve	Médio	Pesado	Leve
<b>Aquecimento</b>	X	X	X	X	X	
<b>Ballet</b>	X	X	X	X	X	
<b>13h30-14h30</b>						
<b>PFE</b>	Diagonal	Espaldar	Diagonal	Diagonal	Espaldar	--
<b>14h30-15h</b>						
<b>Flexibilidade</b>	Espacato	Espacato	Espacato	Espacato	Espacato	--
<b>15h-15h30</b>						
<b>P. Técnica</b>	3333	4433	3322	3333	4433	
<b>15h30-18h30</b>						

Neste é possível verificar que as ginastas realizam ballet clássico cinco vezes por semana, corroborando as escolas búlgaras e russas de ginástica, que defendem a prática dessa atividade como base para o treinamento da ginástica rítmica. Nota-se também a variação da preparação física específica, trabalhando a sequência de *diagonal* nas sessões de intensidade leve e média, enquanto a sequência de *espaldar* é realizada nos dias de intensidade pesada. A parte técnica também caminha com as intensidades das sessões diárias, e segue a metodologia estudada por Laffranchi (2001; 2005).

Nesta equipe as numerações (4433, 3333, 3322) dizem respeito às quantidades de coreografias que devem ser executadas com música e qual a quantidade máxima de erros que pode ser executada pelas atletas, ou seja, para uma sessão de intensidade leve (3322), as ginastas devem executar três séries inteiras com apenas três erros, e duas séries boas (plásticas e expressivas), com apenas dois erros.

É importante ressaltar que o padrão dos erros, segundo a comissão técnica da Sadia, é estabelecido de acordo com o período do macrociclo vivenciado pela equipe, e também pelo nível técnico da ginasta. Ou seja, para o início do ano, os erros pequenos são tolerados, enquanto falhas como perda do aparelho, quedas etc, são as consideradas como graves. Entretanto, para o período competitivo, as dificuldades corporais e grandes erros como quedas de aparelho não são permitidas, deixando o treinamento mais qualitativo e exigente.

Esse método ocorre, pois a filosofia do treinamento de alto nível não permite que uma ginasta com alto nível de rendimento possa cometer três erros durante uma apresentação.

Um erro, como queda de um aparelho, já é considerado grave e capaz de impedir uma vitória, disputadas nesta modalidade por décimos de nota.

Após o treinamento, as ginastas passam à sala de fisioterapia, quando realizam programas de recuperação e profilaxia de lesões. A utilização da banheira com água quente, ou gelo, é obrigatória ao final das sessões, pelo caráter profilático. Essa etapa é elaborada pela coordenadora técnica em conjunto com o fisioterapeuta da equipe.

É válido abordar, que além da fisioterapia, a equipe Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI oferece acompanhamento nutricional individualizado, que propõe o ensino da correta alimentação para as ginastas menores, controle de peso para aquelas que necessitam e suplementação para melhorar os resultados da equipe.

### **6.2.3 Centro Nacional de Treinamento de Ginástica Rítmica – Aracaju (SE)**

O Centro Nacional de Treinamento foi o último local visitado para a pesquisa. A partir do protocolo de observação verificou-se, como nos outros dois centros de treinamento, a construção de um espaço específico e exclusivo para a prática da ginástica rítmica.

O CNT foi construído em 2006 pelo Governo de Sergipe, com o apoio da Confederação Brasileira de Ginástica, na época com sede em Curitiba (PR), para acolher a seleção brasileira permanente de individual, mas atualmente abriga a seleção permanente de conjunto. O sistema de ventilação é composto por uma porta grande, e janelas constituídas por elementos vazados de cimento, que visam a intensa circulação do ar.

Apesar de algumas salas ainda estarem em reforma, a estrutura operacional do centro de treinamento conta com sete ambientes, além do local de treinamento. Existe também uma antessala que visa atender visitantes já que a entrada no local de treinamento é restrita aos usuários do CT. Desses sete ambientes dois são sanitários (um deles exclusivo para uso da seleção brasileira), um vestiário, um almoxarifado geral, um local em reforma, a cozinha e a sala de materiais para uso de ginastas e técnicos.

A respeito da modalidade, o centro conta com dois tablados oficiais da modalidade, e esteiras de carpete nas áreas de aquecimento e ballet. Existem ainda bancos que simulam uma pequena arquibancada, para uma eventual apresentação ou mesmo treinos abertos ao público, como podem ser vistos na Figura 15.



**Figura 15: Imagens do espaço físico pertencentes ao Centro Nacional de Treinamento em Ginástica Rítmica – Aracaju (SE).**

Quanto aos materiais para auxílio do treinamento, existem duas mesas (uma para cada tablado), nas quais ficam dispostos os rádios (um portátil e outro mini-system) e outros documentos relevantes ao treinamento das ginastas. Alguns outros aparelhos, como esteira e bicicleta ergométrica, colchões “gordos”, mesa de salto (aparelho da GA), um espaldar, uma maca e cadeiras de plástico são outros itens que auxiliam no treinamento.

A estrutura de treinamento da seleção permanente de ginástica rítmica atende aos conhecimentos da técnica de origem búlgara. A técnica deixa clara a diferenciação entre a formação dos profissionais brasileiros e búlgaros, já que os primeiros possuem uma formação generalista no ensino superior, não abordando as modalidades esportivas em sua totalidade. Os segundos (búlgaros) possuem, além da formação comum, uma graduação específica na modalidade em que visam trabalhar, formando assim técnicos especialistas na modalidade.

O planejamento é elaborado segundo os conhecimentos obtidos ao longo da graduação em ginástica rítmica fornecida pelo Instituto Nacional Vasil Levski, local da graduação da profissional, no qual se ensinam formas de periodizar e desenvolver um treinamento na modalidade.

Em relação ao público atendido neste centro de treinamento, diferentemente dos outros dois, este é freqüentado apenas por ginastas da categoria adulta (acima de 16 anos), justamente por configurar a sede da seleção brasileira de GR. São oito ginastas ao todo,

provenientes de diversas partes do país. Como verificado anteriormente no quadro 8, há uma professora de ballet e uma técnica estrangeira. As sessões de treino ocorrem de segunda à sexta-feira das 14h às 19h30 e aos sábados das 9h às 13h.

O acesso ao programa de treino e planejamento da seleção brasileira de conjuntos não estava disponível para registro, por serem considerados documentos oficiais. Portanto, para ilustração deste programa, esboçou-se um quadro, no qual constam as ações divididas por ballet clássico, aquecimento, preparação física e parte técnica.

**QUADRO 15 – Programa de treino – Seleção Brasileira permanente de Conjunto**

<b>Estrutura do microciclo competitivo</b>						
<b>Dias</b>	<b>SEG</b>	<b>TER</b>	<b>QUA</b>	<b>QUI</b>	<b>SEX</b>	<b>SAB</b>
<b>Int/vol</b>	Baixo	Médio	Alto	Baixo	Médio	Alto
<b>Ballet</b>	X	X	X	X	X	
<b>14h – 15h30</b>						
<b>Aquecimento</b>	Livre	Livre	Livre	Livre	Livre	
<b>15h40</b>						
<b>Intervalo</b>						
<b>PF</b>	Saltitos	Abd.	Resistência	Saltitos	Abd.	
<b>16h -16h30</b>	MMSS	Dorsais		MMSS	Dorsais	
<b>PT</b>	3 fitas e	5 arcos	3 fitas e	5 arcos	3 fitas e	
<b>16h30 – 19h</b>	2 cordas		2 cordas		2 cordas	

A partir de relatos e observação do conteúdo de treino, foi possível verificar a existência de um planejamento para a orientação da equipe. Este busca contemplar questões físicas e técnicas, porém com maior enfoque na técnica.

A intensidade do treino segue o método utilizado pela URSS e disseminado por todo o leste europeu e representado atualmente por autores como Matveiev (1981), Platonov & Bulatova (2003) entre outros, que relaciona as cargas do treinamento em leve, média e alta intensidade.

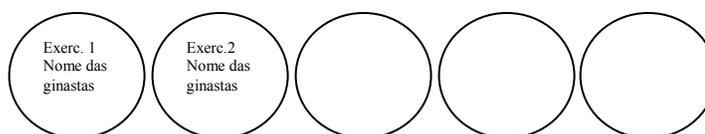
O ballet clássico é orientado por uma professora especialista na prática, e tem duração diária de 1h30, aborda movimentações na barra específica e no centro do tablado, buscando trabalhar algumas das capacidades específicas da modalidade, além de desenvolver a leveza e a questão artística, tão importantes para a GR.

Após a aula de ballet clássico, as ginastas têm tempo para finalizar o aquecimento e realizar exercícios livres para a manutenção da flexibilidade. No entanto, nesta etapa não foi visualizado trabalho dirigido para ampliação e manutenção dessa capacidade. Juntamente com este momento, existe um período retratado na pesquisa por intervalo, já que é usado para preparação para a nova etapa da sessão de treinamento.

A preparação física visa manter as capacidades físicas de força e resistência através de exercícios realizados com enfoque de postura e profilaxia.

A seleção brasileira de conjunto possui duas coreografias, uma com cinco aparelhos iguais (puro) e outra com dois aparelhos diferentes (misto). Para isso o treinamento da parte técnica visa abordar técnicas de base utilizáveis em todos os materiais, e ainda a técnica específica de cada aparelho e coreografia. Pensando nesta proposta o treinamento, visa-se sanar deficiências básicas no manejo de aparelho, além daqueles pertencentes às coreografias.

Para acompanhar o sistema de rendimento das ginastas, o treinamento (nesta fase) estava elaborado para a ampla repetição de exercícios isolados, e parte da coreografia com música. No treinamento de exercícios isolados, como colaborações e trocas<sup>18</sup>, a organização do treino permite que se controle a porcentagem de erros/acertos de cada ginasta pelo simples sistema ilustrado abaixo na Figura 16.



**Figura 16: Sistema de erros e acertos – elementos isolados – Seleção Brasileira de conjunto.**

**Fonte: NEDIALKOVA, 2010.**

Dessa maneira, a treinadora realiza marcações a respeito de quais ginastas realizam os erros, podendo posteriormente trabalhar a técnica e tática necessárias na elaboração dos exercícios.

<sup>18</sup>Colaborações e trocas são exercícios realizados apenas pelas ginastas de conjunto e necessitam da participação de todas. Colaboração é o movimento no qual as ginastas dependem do auxílio uma das outras para a realização de uma movimentação, pode ou não ter lançamentos. Troca é o ato de mudar de aparelho com a outra ginasta por meio de um lançamento, e neste caso as cinco ginastas devem realizá-lo.

Além do treinamento as ginastas também possuem acompanhamento médico, e caso haja necessidade são encaminhadas à fisioterapia, em instituições apoiadoras da CBG.

Após a apresentação das três instituições, é válida a discussão a respeito das diferentes estruturas e conteúdos de treino abordados pela pesquisa.

Quanto às semelhanças tem-se:

- Estrutura física:
  - Os três locais possuem estrutura específica e exclusiva para a prática da ginástica rítmica;
  - Todos são compostos por tablados oficiais e altura viável para a prática da modalidade;
  - A barra de ballet e espelhos estão presentes nos três centros de treinamento;
  - Bancos, colchonetes, espaldares, entre outros materiais, independente das quantidades estão presentes em todos os locais;
  - Todos apresentam mesas, cadeiras e outros acessórios importantes para a ação das técnicas;
  - Existe a presença de sala de materiais, ou almoxarifado como é chamado por outros, nos três locais visitados.
- Conteúdo de treino
  - Os três centros de treinamento apresentaram o planejamento dos treinamentos;
  - Todos têm a presença do ballet clássico como conteúdo de treino, embora com frequência diferente para cada um deles;
  - A periodização baseada no método de cargas é comum aos três centros;
  - Treinos aos sábados, quando necessários, são comuns aos três CT's.
  - Cada categoria apresenta uma técnica encarregada, e o auxílio da coordenadora na montagem do planejamento.
  - Os três centros realizam processo de seleção de talentos, com a finalidade de trazer novas atletas às equipes. No caso da seleção brasileira, esta etapa é realizada com o objetivo de constituição de uma equipe da categoria adulta.

Em relação às diferenças, tem-se:

- Estrutura física:
  - O número de tablados oficiais em cada centro.
    - UNOPAR – 1
    - Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI – 3
    - CNT - 2
  - Presença de vestiário exclusivo às ginastas, dois deles apresentam essa opção;
  - Numerário de materiais auxiliares. Os dois centros financiados pela iniciativa privada apresentam quantidade significativa desses materiais disponíveis;
  - Sistema de luz, som e ventilação dos ambientes:
    - A UNOPAR e o CNT dependem de ventiladores e aberturas de ar, enquanto o CT da Sadia/ Prefeitura de Toledo/SESI possui sistema de aquecimento e refrigeração;
  - Presença de arquibancada para visitação do público, todos apresentam essa possibilidade, porém na UNOPAR essa estrutura está construída no ginásio poliesportivo (auxiliar);
  - Sala específica para a prática de ballet, com ambientalização necessária em apenas um dos centros;
- Conteúdo de treino:
  - Aquecimento dirigido em duas das equipes;
  - Profissional especialista para as aulas de ballet em duas equipes;
  - Divisão em preparação física específica e geral, presente em um centro de treinamento;
  - Desenvolvimento da flexibilidade. Apenas uma equipe busca variar o estímulo diariamente, enquanto a segunda aplica sessões dirigidas diárias e a outra permite que esse trabalho seja realizado livremente;
  - Intervalo para lanche. Apesar dos três centros demonstrarem como constatados no diário de campo, um momento para a alimentação, apenas dois deles apresentam esse momento na programação e o realizam com constância;
  - Caracterização da seleção de talentos. O primeiro centro realiza aulas semestrais com finalidade de reconhecer possíveis talentos, o segundo faz a verificação

durante as aulas da iniciação e o terceiro realiza testes conforme a necessidade da composição da equipe.

Após a exposição da estrutura física e do conteúdo de treino dos centros de treinamento, foi possível traçar uma linha comparativa verificando as semelhanças e diferenças entre os três centros. Essa comparação permite a breve visualização da maneira como esses centros se organizam e esquamizam o treinamento das atletas.

No entanto, para ampliar o conhecimento da estrutura dos centros fez-se necessária a verificação do perfil dos personagens agentes nos centros de treinamento. Para isso, realizou-se a aplicação de questionários aos profissionais e atletas, com a finalidade de conhecer aspectos importantes à pedagogia do esporte que auxiliaram na compreensão do funcionamento do sistema, assim como as motivações dos sujeitos atuantes nesses locais.

### **6.3 Questionários**

Com o fim de atender aos objetivos três e quatro deste estudo, o de verificar o perfil dos profissionais e das atletas presentes em cada centro de treinamento visitado, bem como complementar a pesquisa de campo, foram elaborados questionários com perguntas abertas e fechadas. Os questionários contêm perguntas acerca de informações pessoais dos sujeitos, assim como questões sobre a formação e experiência profissional dos mesmos, além de perguntas relativas ao conteúdo de treino e considerações a respeito do centro de treinamento.

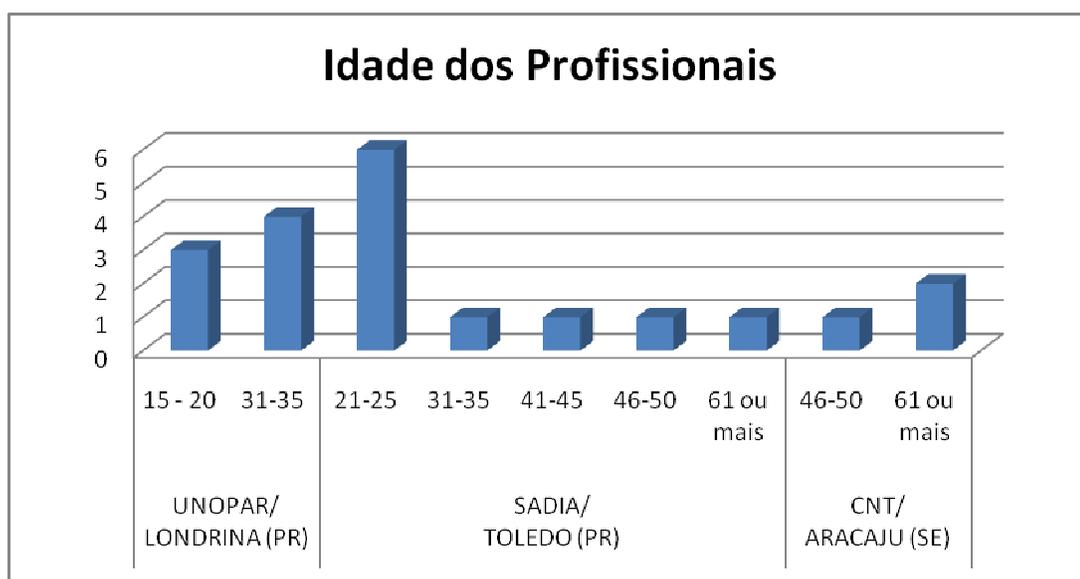
Quanto à metodologia, os questionários foram aplicados no local de treinamento das instituições visitadas, sem a presença da pesquisadora. Apenas os grupos de ginastas menores (categorias pré-infantil e infantil) demandaram o auxílio da pesquisadora para o preenchimento de algumas respostas.

Dois tipos de questionários foram elaborados para atender ao objetivo de compreender o perfil de técnicas e ginastas. O primeiro (APÊNDICE B) procurou compreender a função, o perfil e a experiência de cada profissional envolvido, e o segundo (APÊNDICE C) buscou atingir a mesma abrangência do primeiro, mas direcionado às ginastas atuantes nos centros de treinamento visitados.

### 6.3.1 Profissionais

Para melhor visualização das respostas dos questionários, foram elaborados gráficos quantitativos, que representaram as respostas obtidas dos profissionais envolvidos. A apresentação desses dados se dará em conjunto para os três centros de treinamento visitados, objetivando explicitar as semelhanças e as diferenças presentes entre as respostas dadas pelos profissionais desses locais.

O gráfico simbolizado pela Figura 17 traz os dados etários dos personagens atuantes nos centros de treinamento da UNOPAR, Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI e seleção brasileira.



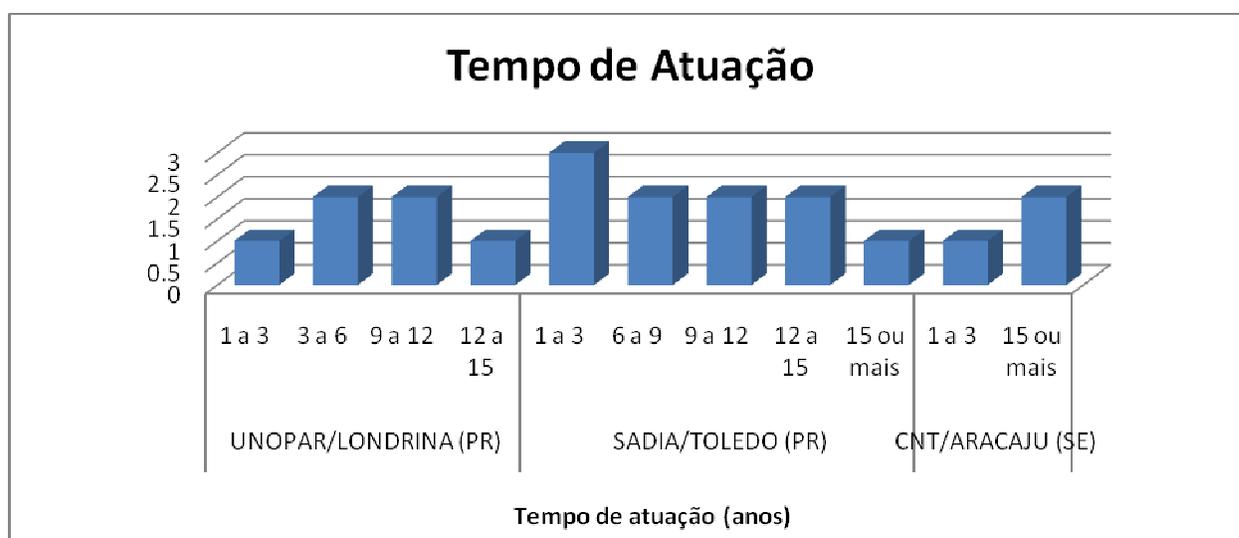
**Figura 17: Respostas dos questionários aos profissionais – Dados profissionais.**

Nota-se que, na UNOPAR, quatro deles atendem a faixa etária entre 31 e 35 anos, e os outros três se enquadram entre 15 e 20 anos. No centro de treinamento da equipe Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI é possível visualizar profissionais de diversas faixas etárias, sendo seis deles com idade entre 21 e 25 anos, e um sujeito apenas para cada uma das outras faixas etárias. É importante ressaltar que dois dos sujeitos com mais de 40 anos exercem cargos relacionados às atividades de coordenação e direção da modalidade.

Em relação à seleção brasileira, são apenas três os profissionais atuantes no Centro Nacional de Treinamento, sendo a técnica e a professora de ballet com idade superior a 60 anos, e a coordenadora com idade entre 45 e 50 anos.

Dos profissionais apresentados na Figura 17, dez deles atuam como técnicos nas diferentes instituições, cinco figuram como auxiliares técnicos, e quatro deles realizam outras funções, tais como coordenadores, dirigentes e secretária administrativa.

A Figura 18 a seguir retrata o tempo de atuação destes profissionais com a modalidade ginástica rítmica.



**Figura 18: Respostas dos questionários dos profissionais – Tempo de Atuação.**

Veiga-Neto (2000) confirma a importância da idade para a aquisição da experiência profissional. O gráfico acima descreve as equipes da UNOPAR e Sadia com ampla diversidade no tempo de atuação com a modalidade, o que representa um ciclo de renovação nesses centros.

É importante destacar que a profissional da seleção brasileira que se enquadra na faixa de 1 a 3 anos de experiência com a modalidade, apesar de poucos anos de contato com a ginástica rítmica, na verdade se trata da profissional responsável pelo treino de ballet clássico para as ginastas do Centro Nacional de Treinamento.

Ainda tratando da experiência, o questionário aborda itens como escolaridade e formação acadêmica. Nestas questões, nota-se que a equipe da UNOPAR comporta profissionais com ensino superior completo (técnicas) e incompleto (auxiliares), mesma condição apresentada pela equipe da Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI. Dentre esses sujeitos, a graduação em educação

física é unanimidade. Já a seleção brasileira de conjunto, sediada em Aracaju, apresenta dois de seus profissionais com ensino superior completo em educação física, e um deles com formação incompleta em pedagogia. É necessário destacar que a atuação como técnico de ginástica rítmica exige o reconhecimento do Conselho Regional de Educação Física (CREF), no entanto o mesmo procedimento não é necessário para os profissionais que atuam apenas com ballet clássico dentro das instituições.

A pós-graduação também é nível de formação presente entre os profissionais dos centros de treinamento. A UNOPAR apresenta 100% de seus técnicos com essa formação, provavelmente por oferecer um dos cursos de pós-graduação em ginástica rítmica do Brasil. As equipes da Sadia e da seleção brasileira apresentam profissionais pós-graduados em diversas áreas da educação física (ginástica rítmica, treinamento esportivo, pedagogia do movimento, entre outros), mas apenas a UNOPAR possui uma de suas profissionais com curso de mestrado.

A experiência prática dos profissionais é explicitada na figura abaixo:



**Figura 19: Respostas dos questionários aos profissionais – Experiência Prática.**

A Figura 19 retrata as possíveis experiências no ambiente gímnico. A questão foi pensada com o objetivo de refletir sobre os conhecimentos atuais e prévios dos sujeitos atuantes nos centros de treinamento, possibilitando o balizamento entre as vivências desses profissionais e a ginástica rítmica.

É importante destacar que a atuação em uma das áreas (ginasta, técnico ou árbitro) não impede a ação em outros campos. Pelo contrário, reforça a idéia de que há uma necessidade de ampliação da quantidade de áreas de conhecimento acerca da modalidade.

A partir desta figura nota-se que os sete sujeitos atuantes no centro de treinamento da UNOPAR possuem experiência anterior como ginastas, enquanto que em Toledo cinco dos nove profissionais envolvidos têm essa vivência. Já no Centro Nacional de Treinamento são dois os profissionais que tiveram experiências anteriores como ginastas. Este cenário remete ao questionamento sobre a especificidade técnica da ginástica rítmica e acaba por reforçar a idéia que da importância de vivências anteriores para a ampla compreensão da prática.

No entanto, este não é um pensamento defendido por esse estudo, já que o mesmo constata o mantimento de sucesso do centro de treinamento da Sadia através de profissionais sem experiência anterior na modalidade, apresentando 50% de seus profissionais sem atuação como ex-ginastas.

Entretanto, a função de técnica é altamente correlacionada à formação acadêmica supra-explanada, já que para a obtenção deste posto é necessário que haja formação superior completa em educação física.

Observa-se, ainda, que a experiência como árbitro está presente em quatorze dos vinte indivíduos questionados, o que reforça a importância de se ter conhecimento aprofundado sobre as regras e as dinâmicas da modalidade para a estruturação do centro de treinamento e da constituição da equipe.

As questões de número 08 a 10 tratam da formação continuada na ginástica rítmica. O tópico 3 (“ginástica rítmica”) trouxe uma breve discussão a respeito do programa de capacitação de técnicos de GR no Brasil, retratando iniciativas isoladas para a promoção de cursos, visando a ampliação do conhecimento na modalidade.

Os cursos relacionados à pedagogia da iniciação e ao treinamento na modalidade ginástica rítmica são realizados, normalmente, por iniciativas privadas, sem apoio das federações estaduais e da própria Confederação Brasileira de Ginástica.

No entanto, a Federação Internacional de Ginástica, em parceria com as Confederações, tem promovido cursos para as diferentes modalidades ginásticas, que constituem o chamado programa *FIG Academy*, e que buscam levar aos diferentes países conhecimento para o desenvolvimento da Ginástica de alto rendimento. Este programa possui três níveis técnicos,

que abordam a prática de profissionais iniciantes a técnicos experientes. Entretanto, no Brasil, apenas técnicos convidados pela CBG têm autorização para participar destes cursos.

A questão oito se refere a cursos específicos na modalidade, e apenas treze dos profissionais afirmaram ter participado desses tipos de curso, referidos pelos sujeitos como: cursos de especialização em GR, mestrado e estágios no exterior. A pergunta 9 questiona sobre cursos relacionados à pedagogia da iniciação e do treinamento esportivo. Aqui, a pós-graduação aparece mais uma vez, juntamente com o curso *FIG Academy*, nas respostas de onze dos vinte sujeitos questionados.

Os cursos sobre arbitragem em competições de ginástica rítmica foram abordados na questão 10, e pelas respostas obtidas verificou-se que dezesseis profissionais atuantes nos centros de treinamento têm formação como árbitros estaduais e/ou nacionais, sendo que apenas três deles foram ou são árbitros internacionais. Essa é uma questão relevante para o andamento do treinamento técnico, pois corrobora a necessidade de conhecimentos específicos do código de pontuação da modalidade para uma boa atuação como treinador da modalidade.

A importância de se ter conhecimento como árbitro da modalidade é corroborada por Darido (1995), que discorre sobre a integração de processos de reflexão por meio do conhecimento teórico, científico ou técnico. A autora relata que a atuação do profissional deve ser considerada como uma integração de diferentes elementos, e não apenas como consequência da formação acadêmica oferecida pelas Universidades (DARIDO, 1995), confirmando a situação apresentada nos diferentes centros de treinamento, qual seja, a de possuir profissionais com diversas experiências nos campos da GR.

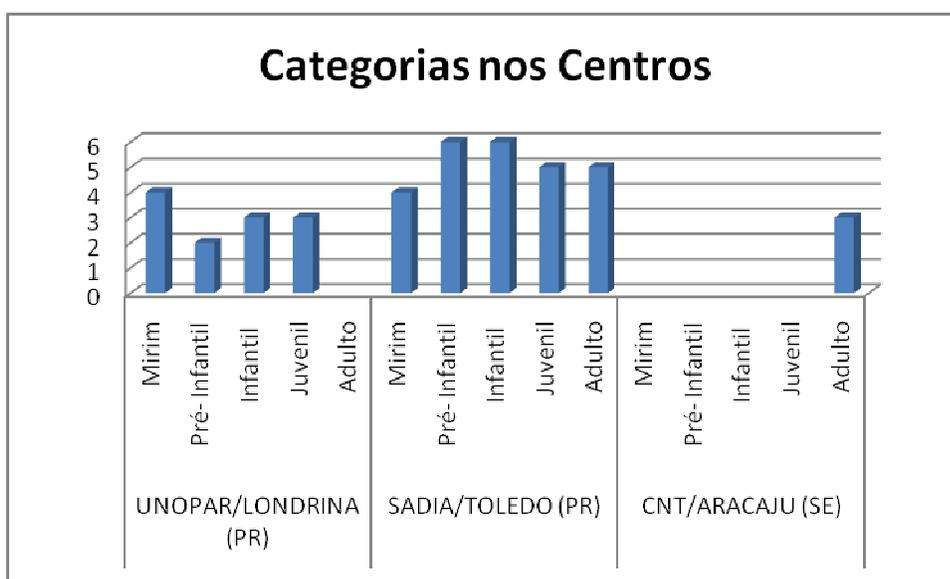
Entretanto, a escassez de cursos de capacitação nos diversos campos relacionados às Ciências do Esporte, ou seja, a falta de palestras, congressos e encontros que visem temas como treinamento esportivo, métodos de ensino e aprendizagem, planejamento e estruturação de treinamento específico para a modalidade, gera deficiências e estagnação dos profissionais da área.

Tratando ainda da atuação profissional, este estudo questionou a periodicidade e durabilidade das sessões de treino, a fim de comparar os dados obtidos pela observação não participante com as respostas dos questionários. Verificou-se que a turma de iniciação possui atividades duas vezes por semana, a pré-equipe (UNOPAR) tem quatro sessões semanais, e as

outras categorias competitivas, de cinco a seis treinos por semana, o que confirma a observação da pesquisa de campo.

A maioria dos profissionais tem dedicação exclusiva aos projetos de ginástica rítmica, trabalhando todos os dias, normalmente por dois períodos, somando um total de 36 horas semanais.

Em relação às categorias presentes em cada centro de treinamento, nota-se, conforme figura abaixo, que a UNOPAR não possui profissionais atuando com a categoria adulta, em decorrência de não ter atletas participando atualmente desta categoria. Entretanto a seleção brasileira é caracterizada por treinar somente atletas desta categoria competitiva. Já a equipe Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI apresenta profissionais atuando em todas as etapas competitivas, atendendo ao processo de detecção, seleção e promoção de talentos, defendido por Bohme (1999), Vayens et al. (2008) entre outros.



**Figura 20: Respostas dos questionários dos profissionais – Categorias dos Centros.**

No centro de treinamento da UNOPAR, verifica-se que quatro de seus profissionais trabalham com a categoria mirim (também chamada de pré-equipe por esta instituição), dois deles com a categoria pré-infantil, e três com a infantil e juvenil.

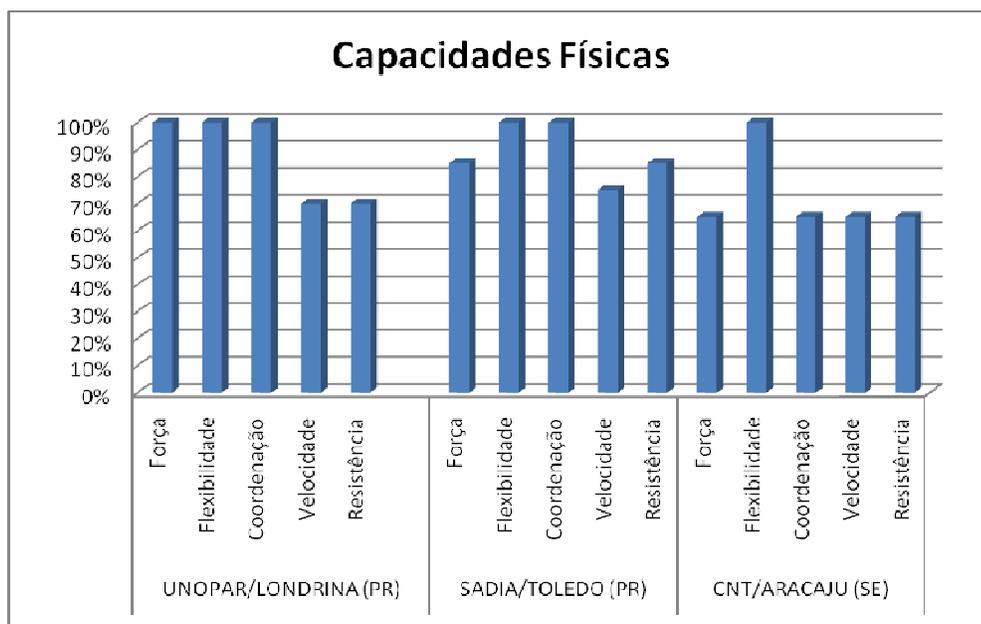
Estas duas últimas categorias são compostas, conforme observado pela pesquisa de campo, por três técnicas, tendo cada categoria uma técnica responsável e a terceira que transita

em ambas. A auxiliar é a mesma para as duas categorias, proporcionando um trabalho conjunto, como o defendido pela técnica búlgara Neska Róbeva (1991).

Já o centro de Toledo conta com uma profissional exclusiva para cada categoria competitiva. Entretanto, quando há necessidade de afastamento por motivos diversos, as técnicas estão autorizadas a orientar outras categorias, desde que em horário diferente ao da equipe original. As estagiárias atendem ao centro como um todo, conforme necessidade e solicitação dos técnicos.

Apesar dessa configuração, a coordenadora chefe, também responsável pelas ginastas individuais da categoria adulta, trabalha em conjunto com outra técnica, pois em diversos momentos tem necessidade de se ausentar dos treinamento em virtude de compromissos organizacionais, ou mesmo convocações da seleção brasileira de individual.

Outra questão abordada diz respeito à preparação física, anteriormente discutida no tópico acerca do treinamento esportivo em ginástica rítmica, a qual recebeu questionamentos sobre sua realização, periodicidade e objetivo, buscando verificar a relação entre a literatura do treinamento esportivo e o treinamento planejado e aplicado às atletas.



**Figura 21: Respostas dos questionários aos profissionais – Capacidades Físicas.**

Verificou-se que o treinamento correspondente à preparação física está presente nos três centros de treinamento visitados, sendo certo que em apenas dois deles, UNOPAR e Sadia, há treino diário nesta área.

Em resposta ao questionário (Figura 21), observa-se a unanimidade dos técnicos ao relatarem que a flexibilidade é a capacidade física mais estimulada. Posteriormente verifica-se a necessidade de desenvolvimento de capacidades como força e coordenação, enquanto a resistência e velocidade aparecem com 80 e 60% das respostas.

Esse fato comprova o que foi relatado anteriormente pela literatura do treinamento esportivo (GOMES, 2003; LAFFRANCHI, 2005; WEINECK, 1999;), tratando da importância de capacidades como a flexibilidade, a força e a coordenação para a ginástica rítmica.

Ainda sobre a preparação específica para GR, a literatura aborda a importância do ballet clássico para o desenvolvimento de habilidades específicas da modalidade (ARCE & PALMEIRO, 1998; LAFFRANCHI, 2001, 2005). Conforme retratado anteriormente, esta prática permite um trabalho aprofundado sobre a correção postural, além de enfatizar os elementos de equilíbrio e de giro, fundamentais para a ginástica rítmica.

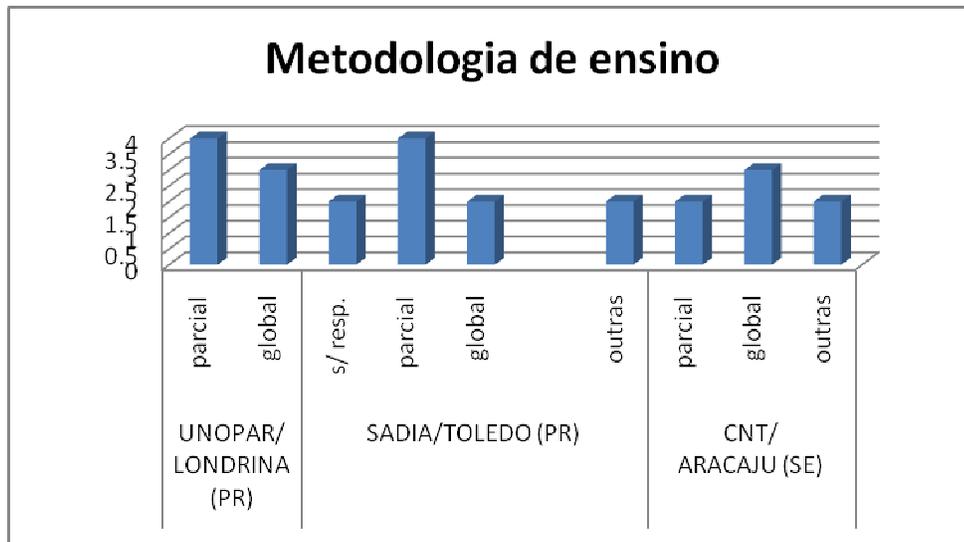
Apesar de não constar na diagramação, as questões 16 e 17 referem-se à utilização do ballet clássico nas sessões de treino. Seis profissionais da UNOPAR responderam que as ginastas realizam esta etapa durante as sessões, de uma a duas vezes por semana. Cinco deles responderam que não existe um profissional específico para ministrar esta parte do treinamento, provavelmente por não contarem com uma pessoa especialista nesta área.

Diferentemente deste local, os centros de treinamento da Sadia e da seleção brasileira de ginástica rítmica apresentam profissionais com especialidade em ballet clássico. Ambos utilizam o método russo (*Vaganova*<sup>19</sup>) e trabalham diariamente com essa prática. Ademais, apenas os profissionais dos dois últimos centros mencionados afirmaram haver um espaço específico para o desenvolvimento das aulas de ballet.

Tratando de métodos do ensino, esse estudo questionou os profissionais dos centros de treinamento sobre quais seriam os métodos utilizados durante o treinamento.

---

<sup>19</sup>Método *Vaganova* ou método russo de ensino de ballet, criado com base no trabalho de vários professores da Escola Coreográfica de Leningrado. Enfatiza uma pedagogia que busca o aprendizado de forma gradual, onde cada grau tem seus exercícios característicos, e de maneira a preservar o aluno de lesões, enfatizando, para isso, a consciência corporal do estudante a cada movimento. (Fonte: <http://balletmonde.blogspot.com/2007/07/26/metodo-vaganova/>).



**Figura 22: Respostas dos questionários aos profissionais – Metodologia de ensino.**

Verifica-se, pela Figura 22, que as equipes da UNOPAR e da Sadia preferem o método parcial, enquanto os profissionais vinculados à seleção brasileira adotam o ensino global. Contudo, dois dos centros de treinamento (Sadia e seleção brasileira) apontaram a utilização de outras metodologias no trabalho com a GR.

Este fato se dá provavelmente em decorrência das equipes UNOPAR e Sadia atuarem com ginastas de categorias menores, conseqüentemente de menor faixa etária, o que acarreta no cuidado com o ensino de elementos importantes para a prática da GR. Já com as ginastas da categoria adulta, presentes no CT da Sadia e no CNT (seleção brasileira), presume-se que estas já obtenham um conhecimento e formação prévia para a atuação na modalidade.

Este fato encontra fundamentação em Canalda Llobet (1996), segundo quem o método de comando direto como mais eficaz para a iniciação na modalidade, pois possibilita a troca de informações imediatas, assim como o método parcial, utilizado para o ensino de elementos de baixa organização e alta complexidade (SHIGUNOV, 1983).

No entanto, conforme afirma Tibeau (1988), a metodologia global mostra-se adequada para a seleção brasileira de conjunto, por possuir ginastas mais experientes e, conseqüentemente, com maior capacidade de processar elementos que exigem alto grau de organização (SHIGUNOV, 1983). Não obstante, verifica-se que não há um padrão definido, dentro da modalidade, para o alcance do gesto correto, mas apenas uma busca pela execução correta dos movimentos pré-estabelecidos pelo código de pontuação.

Embora já observado por meio da pesquisa de campo, as respostas dos profissionais reforçaram a constatação da presença de uma periodização técnica e tática das equipes. Dos sujeitos envolvidos, apenas um respondeu como sendo ausente esse tipo de planejamento, provavelmente por exercer a função de estagiário e não acompanhar o processo de planejamento da equipe.

Sabendo-se que os centros de treinamento possuem objetivos competitivos, o questionário aplicado buscou conhecer a frequência de participação dos profissionais em competições, bem como quais seriam estas competições.



**Figura 23: Respostas dos questionários – Participação em competições.**

Dos vinte sujeitos questionados, apenas três alegaram nunca terem participado de competições, sendo certo que dois deles são estagiários e a outra pessoa é coordenadora/técnica de equipe de iniciação, turma sem objetivos competitivos. Os demais dezessete indivíduos afirmaram que participam frequentemente de eventos competitivos.

Sobre a Figura 23, nota-se a ausência da diagramação pertencente à seleção brasileira, simplesmente por esta contemplar apenas profissionais com atuação em competições internacionais.

Verifica-se que ambas as equipes constantes da figura acima possuem profissionais atuando em diversas frentes do esporte competitivo, ou seja, participando desde competições

regionais até internacionais, o que comprova, mais uma vez, o projeto de treinamento da iniciação ao alto rendimento presente nesses centros.

As questões 22 e 23 referem-se aos objetivos visualizados para o processo de treinamento, ou mesmo para o procedimento de detecção, seleção e promoção de talentos (BOHME, 1999) na ginástica rítmica. Verificou-se, a partir da revisão bibliográfica e da própria pesquisa de campo, que este procedimento pode ser realizado durante as próprias aulas de iniciação à modalidade, pelo fato dos profissionais já direcionarem atividades e exercícios próprios para a mesma.

Para isso, a primeira questão trata dos conteúdos mais importantes a serem desenvolvidos durante as aulas, nas diferentes categorias. É importante diferenciar as respostas referentes aos dois centros de treinamento que apresentam categoria de base, daquelas obtidas no Centro Nacional de Treinamento, sede da seleção brasileira de conjunto.

Os dois primeiros tratam de conteúdos importantes para o desenvolvimento/formação de uma ginasta, apresentando-se relevantes fatores como: capacidades físicas (com ênfase na flexibilidade e coordenação), ballet clássico, ritmo/expressão e disciplina.

Já o CNT apresentou conteúdos específicos, tais como dificuldades corporais (D1) e de aparelho (D2), assim como expressividade e correta execução dos movimentos. Estes dados demonstram que os diferentes objetivos de cada centro de treinamento são coerentes às responsabilidades pertencentes a cada centro. Nesse sentido, como cabe ao Centro Nacional trabalhar com as melhores ginastas do país, os profissionais atuantes nele devem objetivar a lapidação do movimento, buscando alcançar sua plenitude técnica.

A fim de conhecer quais seriam as características mais importantes que uma ginasta deve possuir, foi elaborada uma pergunta aberta, em razão da qual os sujeitos trouxeram algumas possibilidades conforme o grau de importância por eles atribuído. O resultado obtido, de acordo com a quantidade de respostas para cada característica, foi o seguinte:

- Qualidades físicas e técnicas<sup>20</sup> - 6
- Flexibilidade - 5
- Disciplina - 5
- Vontade (ou força de vontade) -5

---

<sup>20</sup>Englobou-se neste grupo características como: elegância, coordenação, agilidade e memória. Itens essenciais para a atuação como ginasta rítmica.

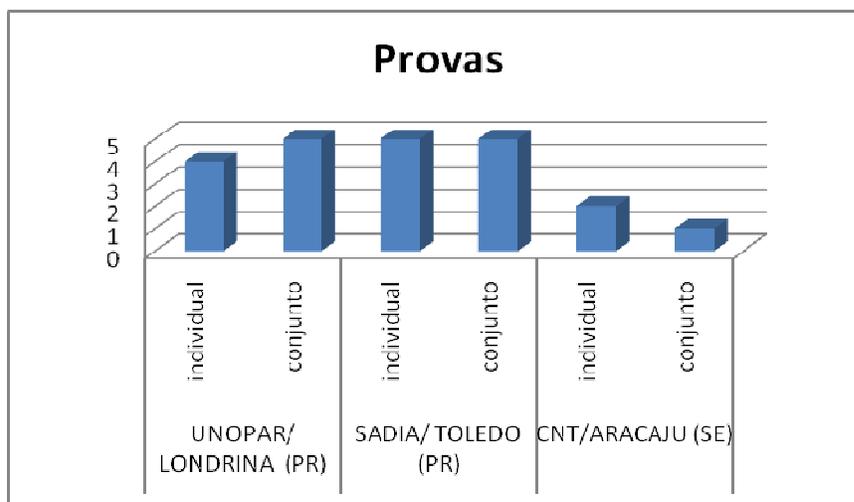
- Determinação - 4
- Dedicção - 4
- Inteligência – 4
- Biotipo– 4

As respostas demonstram exatamente a subjetividade do processo de seleção de talentos na ginástica rítmica, pois a função dos testes (NEDIALKOVA; SOARES; BARROS, 2006) é avaliar questões físicas pertinentes à modalidade, e que seriam significantes para o sucesso de uma ginasta. No entanto, as qualidades físicas e técnicas são citadas apenas por seis dos profissionais, enquanto a flexibilidade aparece nas respostas de cinco deles. Já as questões acerca de disciplina e vontade, assim como determinação, dedicação e inteligência, aparecem quatro vezes.

É interessante notar o registro da característica biótipo em apenas quatro respostas. Características físicas como estatura, antropometria e composição corporal são tidas, pela literatura (GUEDES, 2006; NEDIALKOVA; SOARES; BARROS, 2006), como prioritárias na seleção e no controle da vida de um atleta, e nesta pesquisa apareceram quase como complementares.

Das respostas obtidas fica claro, portanto, que os critérios de seleção de talentos para essas, e possivelmente outras, instituições, não são muito bem definidos, e dependem normalmente da avaliação subjetiva de técnicos e de outros profissionais da área.

Para continuar traçando o perfil dos profissionais atuantes nos centro de treinamento, e, ainda, para aproximá-los das hipóteses trazidas pela teoria da pedagogia do esporte, foram elaboradas questões com o intuito de conhecer quais as provas rítmicas com que os técnicos mais se identificam, e outra que buscou verificar se experiências físico-esportivas anteriores eram importantes na seleção das ginastas.



**Figura 24: Respostas aos questionários dos profissionais – Provas.**

A Figura 24 mostra as provas de individual e de conjunto e a preferência dos técnicos no trabalho com cada uma delas. Deve-se ressaltar, entretanto, que alguns sujeitos afirmaram transitar bem entre as duas provas.

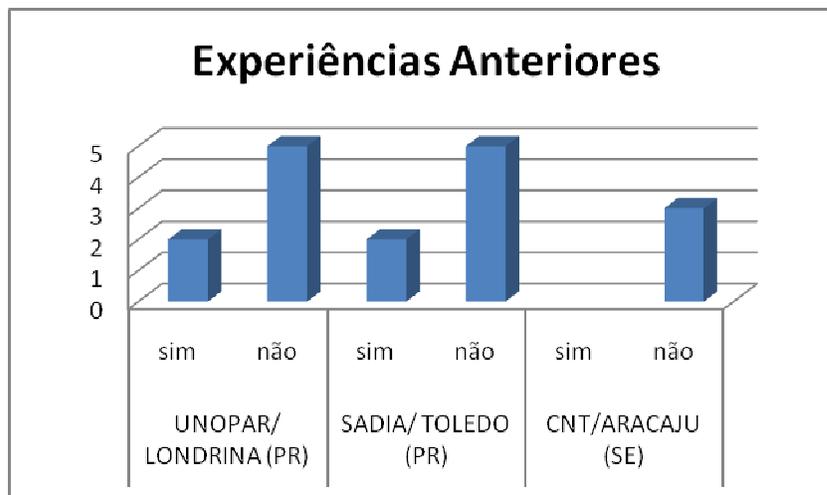
A UNOPAR, com tradição na prova de conjunto (atual campeã brasileira de conjunto nas categorias pré-infantil e infantil), apresenta cinco de suas técnicas com preferência por essa prova, enquanto quatro delas afirmaram possuir mais afinidade com a prova individual.

A Sadia demonstra igualdade de preferência de seus profissionais pelas duas provas, o que condiz com os bons resultados obtidos nos campeonatos de individual e conjunto dos anos de 2009 e 2010. No entanto, a seleção brasileira de conjunto apresenta dois de seus profissionais com maior afinidade pela prova individual, e apenas um que prefere trabalhar com a prova de conjunto.

Essa circunstância é importante para verificar a motivação pessoal de cada profissional, bem como na estimulação das atletas, tanto nos treinamentos como nas competições, refletindo em questões emocionais e sociais que envolvem este trabalho. Em razão da ginástica rítmica representar uma modalidade que depende da criatividade dos técnicos, acredita-se que os profissionais envolvidos devam ter afinidade e inspiração para atuarem tanto na modalidade individual como na de conjunto.

A questão sobre as experiências anteriores, cujas respostas estão retratadas na Figura 25, foi pensada no sentido de verificar as semelhanças ou diferenças entre a pedagogia do esporte

(GRECO, 1998; PAES, 1992, 2002; SANTANA, 2005) e a pedagogia pertinente à ginástica rítmica.



**Figura 25: Respostas dos questionários aos profissionais – Experiências Anteriores.**

Apesar de autores como Greco (1998) e Incarbone apud Santana (2005) defenderem a necessidade do incremento de diversas habilidades motoras objetivando o desenvolvimento integral da criança, os profissionais atuantes nos três centros visitados acreditam que o vocabulário motor antecedente não é imprescindível para o desenvolvimento de uma criança na ginástica.

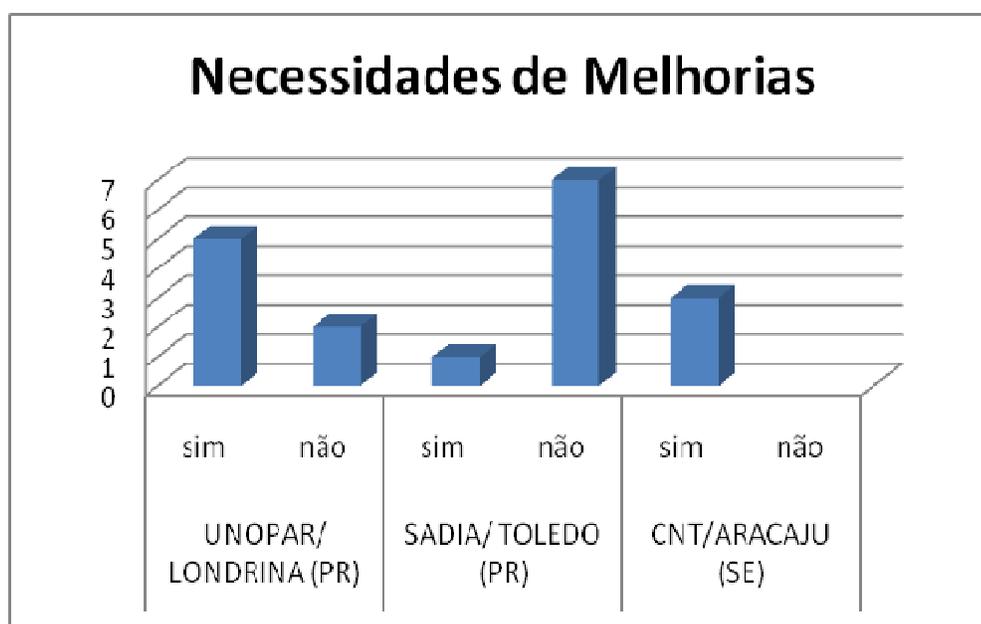
Dos vinte profissionais indagados, treze afirmaram que experiências físico-esportivas anteriores não eram importantes na escolha das ginastas. No entanto, verifica-se que a reduzida idade de início na prática da ginástica rítmica, bem como a pouca transferência com outras práticas (apenas ballet e dança), são fatores que influenciaram nas respostas acerca deste questionamento.

Os profissionais também foram questionados acerca das características organizacionais e estruturais dos centros de treinamento.

A questão sobre as condições de financiamento do centro de treinamento (prefeitura, particular com ou sem vínculo com clubes), não proporcionou respostas significativas, pelo fato desses dados terem sido adquiridos por meio da pesquisa de campo, bem como a partir de relatos de dirigentes e coordenadores do centro.

Outro fator que colaborou para esta questão tornar-se pouco relevante para os sujeitos entrevistados foi o fato de que os centros não são configurados pelas características apresentadas pela pergunta fechada, ou seja, estes são mantidos por parcerias entre instituições privadas (UNOPAR e Sadia) e prefeituras municipais (Londrina e Toledo) ou governo estadual (Sergipe), além do apoio de outras entidades (SESI e CBG/CEF).

Finalizando a discussão pertinente aos questionários dos profissionais, tem-se a questão acerca de outras necessidades em relação à estrutura e à organização dos centros de treinamento.



**Figura 26: Respostas dos questionários aos profissionais – Necessidades de melhorias.**

O gráfico representado pela Figura 26 demonstra que, apesar das diferentes condições, pelo menos um profissional de cada centro de treinamento apontou a necessidade de melhorias para a estrutura dos locais.

Cinco dos profissionais da UNOPAR indicaram que é necessário haver melhorias, afirmando a necessidade de mais profissionais na comissão técnica (auxiliar técnico, preparador físico, fisioterapeuta acompanhando a equipe em competições e professor de ballet) como item básico, além da ampliação do ginásio, considerado pequeno, pois permite a presença de apenas um tablado (o ideal seriam dois).

O CT da Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI, reinaugurado em 2010, traz a solicitação por melhorias de apenas um dos seus profissionais, a qual diz respeito à implantação de uma biblioteca e de uma videoteca para o uso de técnicos e atletas.

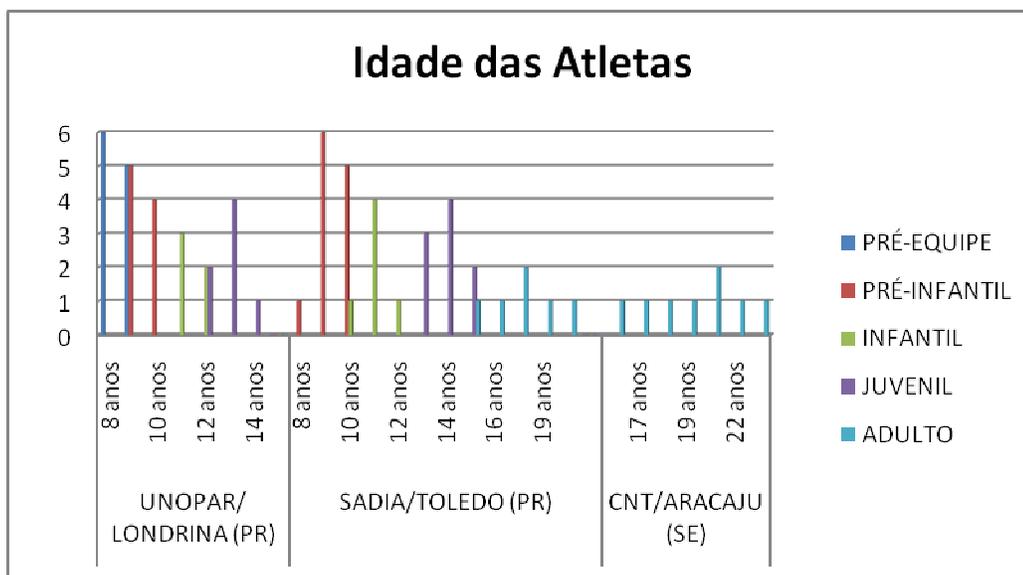
Já o Centro Nacional de Treinamento traz requerimentos dos seus três profissionais atuantes, relacionados à instalação de ventiladores (visando melhoria da ventilação do CT), ao armamento de espaldares e outros acessórios de treino, assim como solicitação referente à organização de limpeza do local.

É importante ressaltar que a busca de melhorias é sempre produtiva para o crescimento dos profissionais e da instituição, pois esta é uma das formas de aquisição de novos conceitos e possibilidades para o avanço a respeito da estrutura, da organização e do conhecimento.

### **6.3.2 Alunos/Atletas**

O questionário desenvolvido para os atletas/alunos buscou compreender qual o perfil destes personagens, investigando-se em que faixa etária os mesmos se encontram, os incentivos que os levaram à prática da ginástica rítmica, assim como itens que os mantêm na modalidade.

As primeiras perguntas do questionário tratavam das informações pessoais de cada uma das ginastas. Para compreender as características etárias do público praticante de ginástica rítmica, produziu-se a Figura 27, abaixo.



**Figura 27: Respostas dos questionários aos alunos – Idade das Atletas.**

Este gráfico ilustra o perfil etário das ginastas atuantes em cada um dos três centros de treinamento.

Conforme observado pela pesquisa de campo, verifica-se que o centro da UNOPAR possui ginastas da categoria mirim (não competitiva) a juvenil, enquanto no CT da Sadia há ginastas de todas as categorias competitivas (pré-infantil a adulto), e o CNT abriga apenas jovens da categoria adulta.

Neste contexto, nota-se que no primeiro centro existe um maior número de ginastas com idades entre 8 e 9 anos, pertencentes às turmas ‘pré-equipe’ e ‘pré-infantil’, enquanto há apenas uma ginasta de 14 anos, integrante da categoria juvenil.

Assim como a UNOPAR, o centro de treinamento da parceria Sadia/SESI/PM de Toledo também possui um maior número de crianças nas categorias de base. Entretanto, diferentemente de Londrina, a equipe Toledense trabalha apenas com as categorias competitivas em seu centro de treinamento. Ou seja, a UNOPAR possui um projeto de iniciação dirigido à ginástica rítmica (pré-equipe), cujos integrantes são ginastas pré-selecionadas em razão de suas características físicas e possibilidades motoras e técnicas.

Apesar de ser aparentemente escasso, o número de ginastas presentes em cada categoria, para esses dois centros, é considerado por suas técnicas como satisfatório, por poderem completar as equipes de individual (quatro atletas) e de conjunto (cinco ginastas e uma reserva).

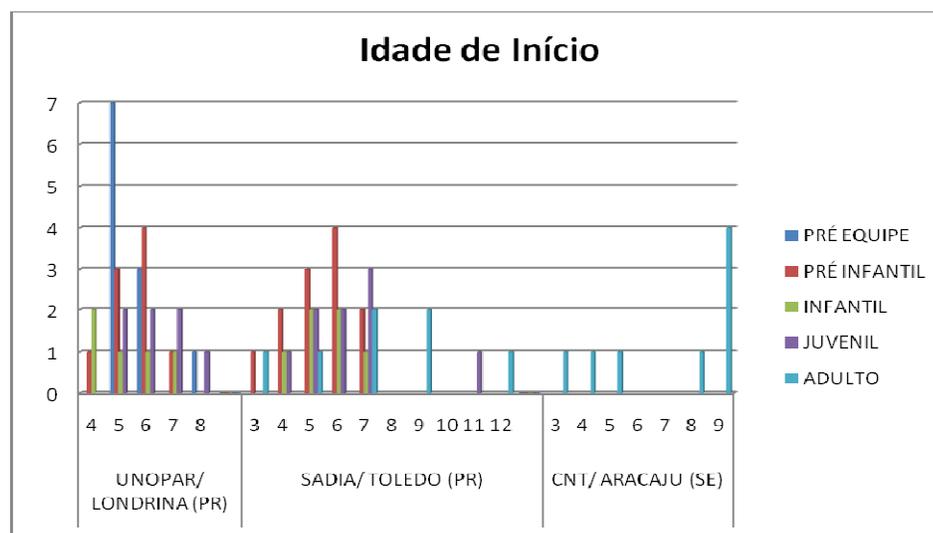
Há alguns casos, inclusive, em que o número de ginastas é superior ao necessário para formar as equipes de competição, como ocorre com as categorias pré-infantil e juvenil dos centros da UNOPAR e da Sadia.

Já o Centro Nacional de Treinamento atende apenas ginastas da categoria adulta, que, neste momento, é composta por atletas cuja faixa etária é dos 16 aos 23 anos.

Nota-se ainda que o gráfico corrobora estudos que trataram da diminuição da permanência de ginastas na modalidade, demonstrando que as categorias cuja faixa etária é superior possuem menor número de atletas praticantes. O gráfico, portanto, confirma a escassez de ginastas em campeonatos de categorias maiores, tais como juvenil e adulto (GONÇALVES, 2008), e, conseqüentemente, limita o número de atletas disponíveis para compor a seleção brasileira de ginástica rítmica.

O nível de escolaridade foi pesquisado com a finalidade de verificar o acompanhamento escolar das ginastas, observando se as mesmas estariam nas séries correspondentes às suas idades. O resultado foi positivo, demonstrando que as ginastas acompanham o processo escolar, conseguindo alcançar, inclusive, o ensino superior.

Ainda em relação à faixa etária, é importante ressaltar, conforme apresentado pela Figura 28, as idades de iniciação à modalidade ginástica rítmica. Vale lembrar que foram consideradas as idades de iniciação na modalidade ginástica rítmica, normalmente realizada pelo processo chamado de escolinhas de esporte.



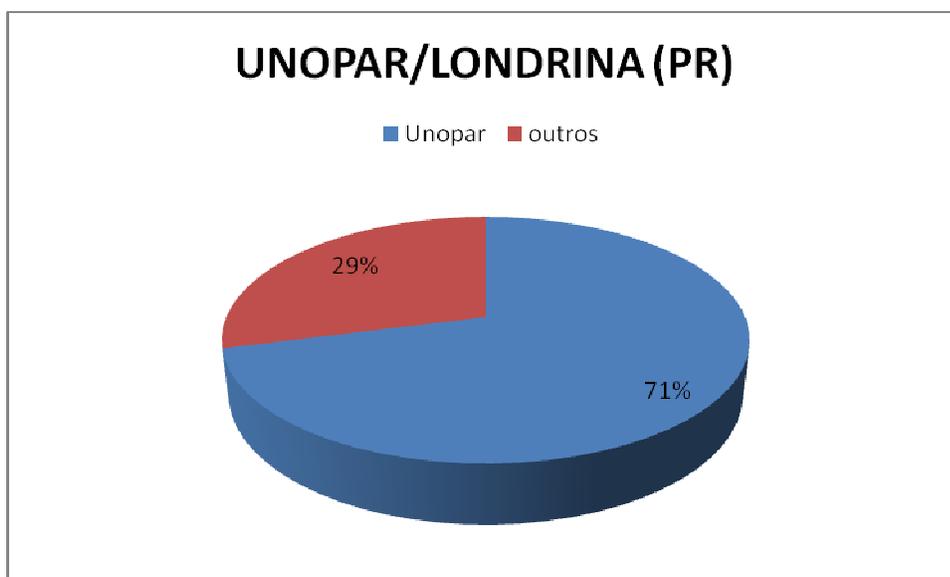
**Figura 28: Respostas dos questionários aos alunos – Idade da iniciação**

Bompa (2002) e Law, Côté e Ericsson (2007) abordam que a iniciação de atletas de ginástica encontra-se na faixa dos 6 aos 8 anos. Essa situação pode ser visualizada no gráfico acima. Além disso, observa-se a existência de ginastas que começaram na prática com idades inferiores às descritas pela literatura (3 a 5 anos).

Entretanto, nota-se que a equipe da Sadia e a própria seleção brasileira de conjunto são compostas por ginastas que principiaram na GR com idades entre 9 e 12 anos, idade considerada de especialização (BOMPA, 2002), cujo foco é a solidificação de habilidades específicas da modalidade (LAW, CÔTE e ERICSSON, 2007).

Verificou-se neste estudo, que equipes como a UNOPAR agrupam a maioria de suas ginastas com início na modalidade entre os 4 e 6 anos idade, no entanto não apresentam nenhuma ginasta na categoria adulto. Enquanto a equipe Sadia, tem a maior parte das suas ginastas iniciando entre 6 e 7 anos, e apresenta ginastas na categoria adulto. Tal fato permite a discussão das idades apropriadas para a iniciação na modalidade e a relação entre esta faixa etária de iniciação e o tempo de permanência na modalidade escolhida.

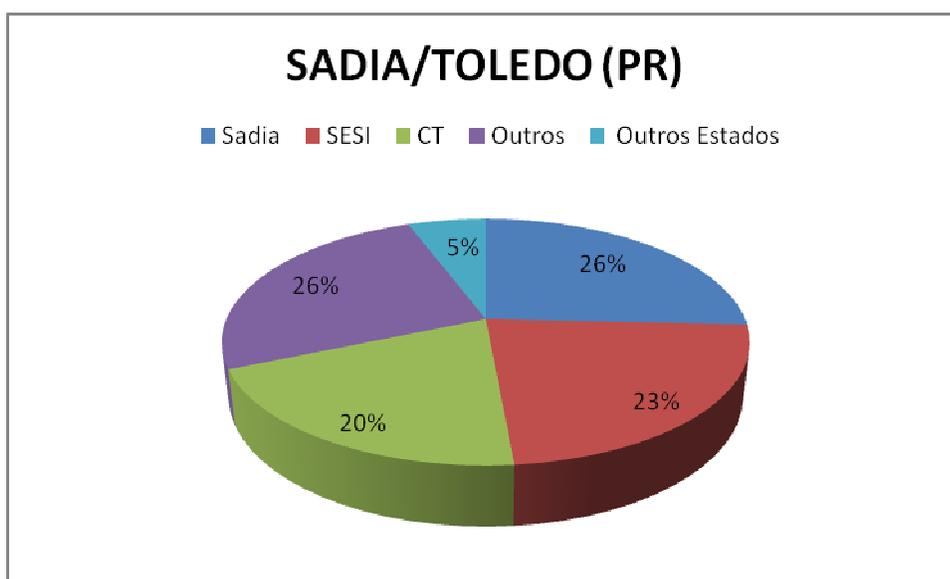
O local em que as crianças iniciaram na prática da modalidade ginástica rítmica também foi um fator que atraiu a atenção. As figuras 29, 30 e 31 traçam uma linha visual para a compreensão desde raciocínio.



**Figura 29: Respostas dos questionários aos alunos – Local de Iniciação/UNOPAR.**

Quanto ao CT da UNOPAR, verifica-se que 71% das ginastas atuantes iniciaram a modalidade na própria instituição em que treinam atualmente. Compreende-se este fato ao relacioná-lo à faixa etária das atletas e à idade com que iniciaram a praticar ginástica rítmica. Isso porque a modalidade existe, na Universidade do Norte do Paraná, desde a década de 70, o que representa tempo considerável para a estruturação física e pedagógica da prática.

Já no que tange ao centro de treinamento de Toledo, as respostas por parte de suas ginastas foram mais diversificadas. Deve-se ressaltar, entretanto, que mencionado município é menor do que Londrina, tanto no aspecto populacional quanto na dimensão geográfica.



**Figura 30: Respostas dos questionários aos alunos – Local de Iniciação/Sadia/SESI/PM de Toledo.**

Acredita-se que uma razão para a diferença de local de início da prática quando se comparam os centros de treinamentos de Londrina e de Toledo seja, além das características de cada município, o fato de que a modalidade só começou a ser praticada em Toledo na década de 90. Além disso, o ‘Centro de Excelência no Treinamento de Ginástica Rítmica de Toledo’ foi inaugurado no ano de 2010, quando se tornou possível a iniciação das ginastas neste ambiente.

Os locais elencados como “Sadia”, “SESI”, “CT” e outros são locais auxiliares no desenvolvimento da ginástica rítmica na cidade, demonstrando que as ginastas provenientes dessas instituições são parte de uma mesma filosofia de trabalho. O número de ginastas iniciantes

nestas instituições gira em torno dos 69%, demonstrando o caráter formador e agregador dessas instituições. A resposta “outros estados” representa a vinda de duas ginastas, uma de Santa Catarina e outra de São Paulo, para o centro de treinamento de Toledo. Essas atletas mudaram de estado em busca de equipes com bons resultados competitivos, além de ampla estruturação, situação abordada por Law, Côté, e Ericsson (2007), no estudo sobre as características para o desenvolvimento de ginastas de alto rendimento.

Em relação à seleção brasileira de GR, o enfoque para a discussão deste dado foi realizado de maneira diferente. Por serem ginastas provenientes de diferentes estados do país, foi pedido que estas informassem o local e as características das instituições (clubes, associações ou escolas) nas quais iniciaram na modalidade.

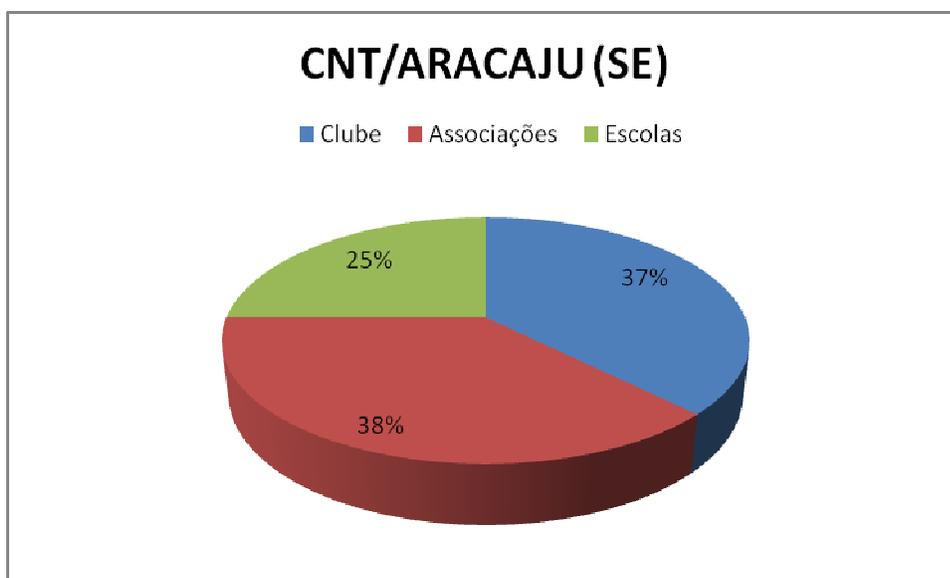


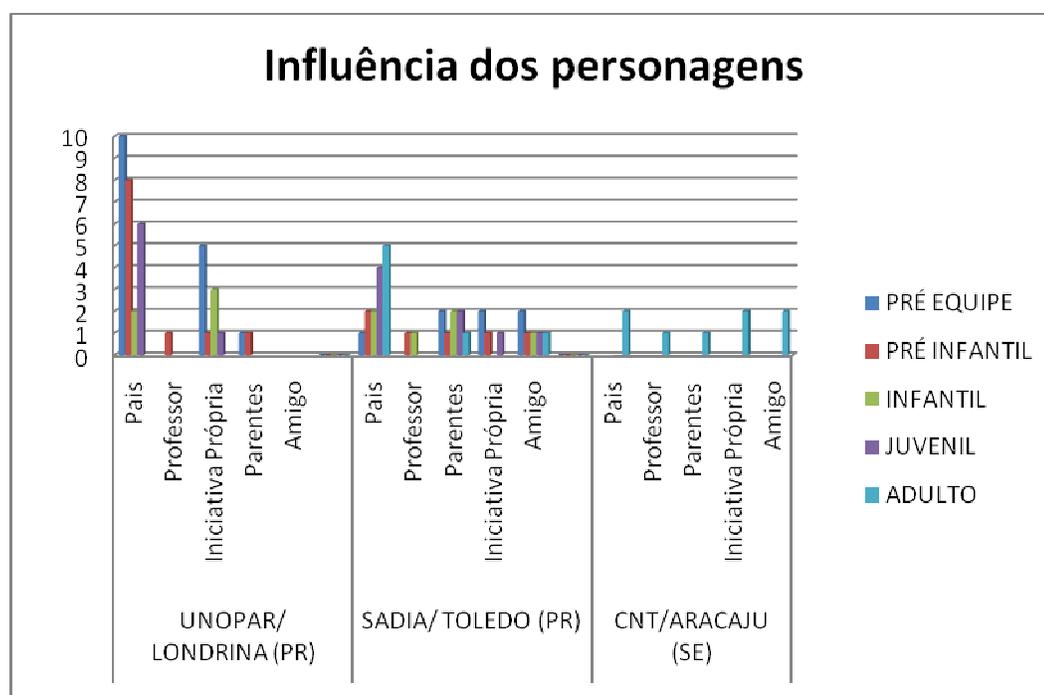
Figura 31: Respostas dos questionários aos alunos – Local de Iniciação/Seleção Brasileira de GR.

Das oito atletas atualmente no CNT, verifica-se que 63% delas iniciaram a prática de ginástica rítmica por intermédio de associações e escolas. Compreendem-se, neste estudo, como associações, as entidades sem fim lucrativo, ou seja, apenas com finalidade de fomento moral, cultural e social (ROQUE, 2007), atendendo exatamente aos objetivos dessas instituições promotoras, dentre eles o de realizar projetos para as comunidades. Quanto às escolas, apesar de muitas delas visarem o lucro, suas ações possuem finalidades semelhantes àquelas das

associações, promovendo atividades extracurriculares no contraturno escolar que estimulem o desenvolvimento cultural, moral e social de sua comunidade.

Os outros 37% deram início à modalidade em clubes sócio-esportivos, espaços de convivência e prática esportiva (GALATTI, 2010).

Buscando ainda relatar os incentivos à aprendizagem da modalidade, este estudo questionou sobre a influência de outras personagens, bem como os motivos que levaram as crianças a praticarem ginástica rítmica.



**Figura 32: Respostas dos questionários aos alunos – Influência dos personagens.**

Os pais são, em geral, os maiores incentivadores das crianças, sendo considerados como ponto de partida para iniciação delas na modalidade. Outros parentes também aparecem como incentivadores, obtendo 11 das 81 respostas possíveis, enquanto os pais alcançaram 42 respostas.

Essa questão é tratada por Schiavon (2009) em sua tese, a qual, citando Lopes e Nunomura (2007), afirma que a família é um dos principais fatores motivacionais extrínsecos na vida esportiva. Este fato também remete à estrutura dos personagens trazida por Galatti (2005,

2010), e já apresentada nesta pesquisa, mostrando a importância que a família representa na escolha da modalidade e no manutenção desta atividade.

A iniciativa própria surge como a segunda resposta mais dada aos questionários, com 16 sinalizações, provavelmente em razão da aparição da modalidade na mídia (canal aberto de televisão, jornal e internet).

É possível entender os pais e a iniciativa própria como os fatores de maior influência para o início da prática, a partir do momento em que se observam a quais instituições estas respostas estão vinculadas.

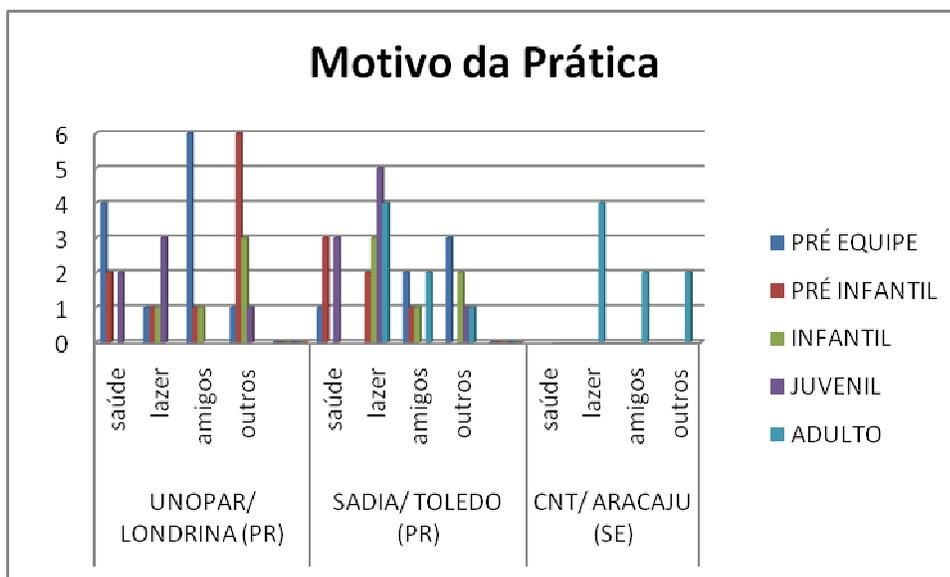
Como dito anteriormente, a UNOPAR congregou a seleção brasileira de conjuntos entre os anos de 1995 e 2005, época de 'ouro' da ginástica rítmica, da obtenção dos primeiros títulos pan-americanos e vagas para os Jogos Olímpicos. Este fato impulsionou a modalidade nos canais de comunicação, permitindo uma maior disseminação da modalidade na mídia. Consequentemente, esta aparição permitiu um aumento na divulgação da modalidade, e por fim um maior interesse dos novos praticantes.

Em Toledo, acredita-se que a influência vinda dos pais seja decorrente do vínculo dos mesmos com a empresa Sadia S/A, importante empregadora neste Município, sendo certo que tais sujeitos participam das associações e dos eventos vinculados à empresa, incentivando a atuação de seus filhos, e/ou parentes, nas práticas apoiadas pela companhia.

Por fim, os outros indivíduos apontados no questionário acerca da influência de personagens, tais como amigos e professor, representam apenas 8 e 4 respostas, respectivamente.

Apesar da importante iniciativa dos pais para a inclusão das crianças na prática esportiva, esta questão conseguiu visualizar que as instituições dependem desta circunstância. Ficou clara a ausência de um sistema de seleção de ginastas adequado e organizado para que as possíveis atletas sejam encontradas sem a ação de outros personagens (pais, amigos, professores), mas apenas por profissionais com experiência na modalidade.

O motivo de início na ginástica rítmica também foi uma das questões abordadas por esse estudo.



**Figura 33: Respostas dos questionários aos alunos – Motivo da prática.**

A relação da GR com a mídia e o aparecimento de ídolos na modalidade são retratados na Figura 33. Quando questionadas sobre os eventuais motivos que levaram as ginastas a iniciar na modalidade, as atletas do CT da UNOPAR responderam como sendo ‘outros’ o principal motivo desta iniciação.

Nesta questão havia a possibilidade de relatar quais seriam os ‘outros’ motivos, e essas trouxeram respostas como: “ser uma ginasta famosa”, “por ser um esporte<sup>21</sup> legal”, “pois vi uma ginasta se apresentando e me apaixonei”, o que remete à importância da mídia e da ampla divulgação do esporte em geral para a conquista de atletas para as diversas modalidades.

Esse fato é retratado por Schiavon (2009), ao entrevistar atletas e ex-atletas da seleção brasileira de ginástica artística, atestando o fato de que os ídolos são responsáveis direta e indiretamente pela escolha do esporte, ou seja, a vontade de ser e de fazer movimentos como ‘o ídolo’ estimulam a entrada e a continuação de crianças em uma prática esportiva.

Para o centro de treinamento da Sadia, fatores como lazer e amigos são os maiores indicativos de motivação para iniciar na ginástica rítmica, corroborando o fator social, apresentado na discussão, sobre os personagens.

É interessante notar que para as ginastas da seleção brasileira a saúde não foi um dos critérios que as levou ao início da prática da modalidade. Acredita-se que essa circunstância

<sup>21</sup>O termo esporte foi utilizado pela atleta. Acredita-se, conforme referido no texto, que Esporte seja um termo que englobe todas as modalidades esportivas.

decorre do fato de que as atletas que hoje compõem a seleção brasileira façam uma associação direta de que o esporte de alto rendimento não significa promoção de saúde, muito embora seja possível que algumas delas tenham iniciado na ginástica em razão do conhecimento comum de que a prática de atividade esportiva seja sinônimo de saúde.

Em relação ao conteúdo do treino propriamente dito, as questões trataram das partes do treinamento preferidas e preteridas das ginastas, referindo-se ao momento em que estas mais e menos gostavam de realizar.

As atividades realizadas com maior satisfação pelas ginastas menores referem-se aos momentos nos quais envolvem criatividade e desafios, como composição coreográfica, treinamentos das séries com música e sequências como *chão* e *diagonal*. Já as atletas das categorias juvenil e adulto, além de relatarem exercícios que também envolvam criatividade (composição coreográfica), apontaram atividades consideradas de menor gasto energético, como, por exemplo, alongamento.

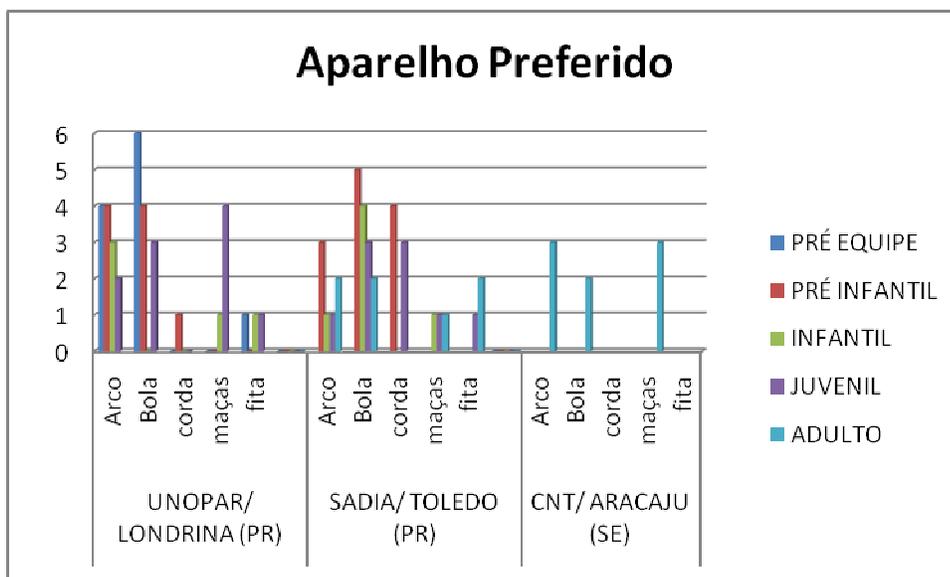
A capacidade física flexibilidade, presente nas respostas das ginastas de categoria infantil (UNOPAR), aparece também entre duas das oito ginastas da seleção brasileira. É certo que a necessidade do trabalho diário ultrapassando o limite da dor é inicialmente estimulado pela superação de fronteiras pessoais. No entanto, o constante contato com a angústia provocada pela dor, aliado aos processos de maturação (perda da flexibilidade, aumento da massa corpórea), provocam o desgosto pelo treinamento desta capacidade.

Os momentos menos esperados pelas atletas no treinamento são aqueles que trazem exercícios de resistência e força, além daqueles que exercitam flexibilidade aliada à força.

Ou seja, apesar da diferença entre as sequências de exercícios dos três centros de treinamento visitados, o caráter destes é semelhante. A resistência, para a UNOPAR, é estimulada através das sequências de *chão* e *barra*, enquanto que, no centro da Sadia, esta é trabalhada por meio da sequência de *espaldar*, ou nas aulas de ballet clássico, ou nos exercícios de preparo físico, ou, ainda, na repetição dos elementos isolados das composições.

As ginastas da seleção brasileira relatam que os momentos preteridos são aqueles relacionados aos exercícios de preparo físico, além de outros que provoquem dor.

A Figura 34 mostra as preferências das ginastas quanto aos aparelhos oficiais da ginástica rítmica.



**Figura 34: Resposta dos questionários aos alunos – Aparelho preferido**

As escolhas feitas provavelmente possuem relação com o aparelho com que as atletas apresentam maior afinidade, ou facilidade de execução.

A maioria das respostas referiu-se aos aparelhos arco e bola, somando 23 e 27 respostas, respectivamente, para a UNOPAR. O primeiro aparelho aparece nas respostas de todas as suas categorias, enquanto a bola não é citada apenas pela categoria infantil. Já para a equipe da Sadia, ambos os aparelhos são citados por todas as categorias presentes no centro de treinamento. Quanto ao CNT, suas ginastas responderam de forma semelhante, elencando como aparelhos preferidos o arco e a bola (3 e 2 repostas, respectivamente), além de maçãs (3 respostas).

Acredita-se que o arco esteja entre as escolhas por ser um material do cotidiano infantil, além de apresentar variadas formas de utilização, quando se toma por base o código de pontuação.

Já a bola, apesar de também ser um material bastante conhecido pelas crianças em geral, é um aparelho que apresenta grande risco de perda durante sua utilização, necessitando de um grande domínio na execução de movimentos gímnicos como rolamentos, lançamentos e recuperações. Acredita-se, portanto, que em razão destas dificuldades, bem como por ser o aparelho selecionado para a categoria infantil em 2010, que o aparelho bola não tenha sido objeto de nenhuma resposta das ginastas do infantil da UNOPAR.

Porém, um fato importante a relatar é o caso do aparelho fita, tido pela população, em geral, como um dos materiais mais bonitos da ginástica rítmica. Apesar de sua beleza, a execução da fita é complicada, por medir no mínimo cinco e no máximo seis metros de comprimento, dificultando o trabalho deste material, e conseqüentemente não apresentando muitos adeptos desse aparelho na modalidade.

O aparelho corda aparece nas respostas de sete ginastas da Sadia, e apenas uma da UNOPAR. Apesar de ser um dos primeiros materiais trabalhados na iniciação da ginástica rítmica, parte das ginastas acredita ser um aparelho de difícil manejo, por ser muito maleável.

É importante lembrar, como já foi explicado anteriormente, que este material será excluído das competições oficiais (categoria adulta) a partir do ano de 2011, porém ainda fará parte das categorias de base, por apresentar ampla transferência de habilidades com as maçãs e a própria fita.

Verifica-se, portanto, tal como realizado no processo de iniciação da GR, que os aparelhos bola e arco apresentam-se como os mais populares, por apresentarem diversos tipos de vivências, além da aproximação deles com o mundo da criança.

Caminhando para as questões competitivas, foram elaboradas perguntas que objetivavam reconhecer a afinidade das ginastas com a participação em competições, e posteriormente discutir o cenário competitivo dessas equipes.

Verificou-se respostas praticamente unânimes sobre o gosto positivo em participar de competições. Esta situação já era esperada pela pesquisadora, visto que as ginastas atuantes nos centros são previamente selecionadas para estarem nas equipes de finalidade competitiva. Entretanto, duas ginastas responderam ser indiferente ao fato de participar ou não de competições, enquanto uma não apresentou gosto por essa etapa. Essas três ginastas, porém, fazem parte do grupo campeão brasileiro de individual, da categoria infantil, de 2010.

Quanto ao cenário competitivo, nota-se que as as ginastas das categorias menores - iniciantes, do Paraná participam da Copa Estreantes (Torneio Elizabeth Laffranchi), com o intuito partipativo e não apenas de rendimento. Nesta competição todas as ginastas recebem medalha, representado a importância delas para a modalidade. A Copa Oeste, apenas para ginastas do Oeste do Paraná, é um evento de curta duração, no qual as ginastas apresentam apenas um aparelho por edição. Este campeonato tem a participação de quatro categorias do centro de treinamento da Sadia, excluindo apenas a categoria adulta.

Todas as ginastas afirmam ter participado, ou que ainda participam de competições estaduais. Esses eventos são considerados relevantes pois representam, normalmente, uma oportunidade para se lapidar a apresentação das ginastas, proporcionando a diminuição de erros para outras competições mais importantes.

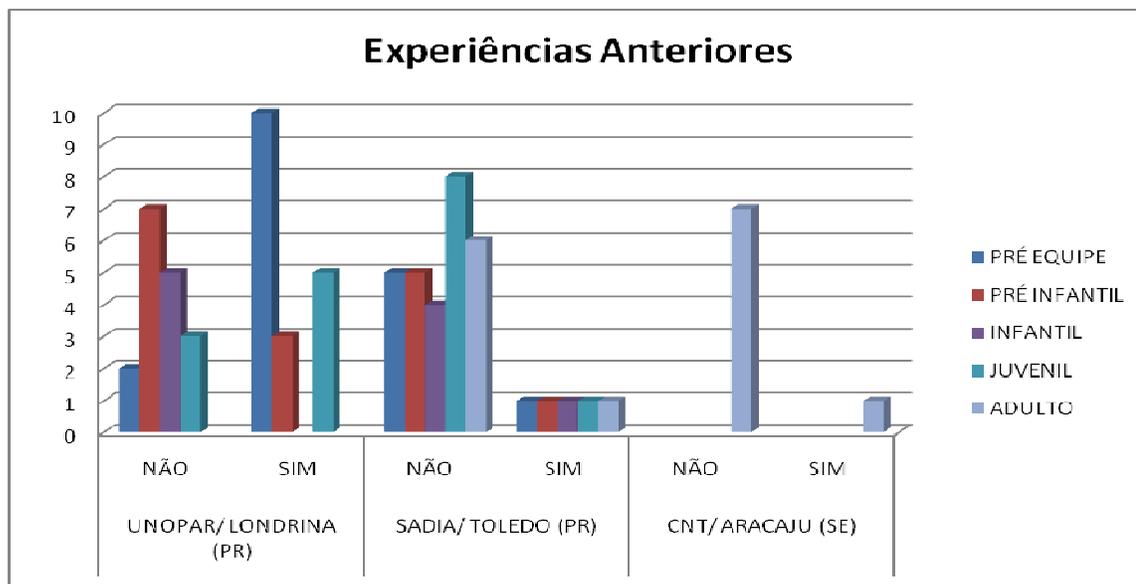
O campeonato chamado de Torneio Nacional é considerado o atual trampolim da modalidade. Participaram do mesmo as ginastas das categorias infantil e juvenil dos centros de Londrina e de Toledo, bem como algumas atletas do pré-infantil da Sadia confirmaram terem atuado no evento. Esta competição representa atualmente, no cenário nacional, o evento com maior número de praticantes da modalidade, alcançando na primeira etapa de 2010 um total de trezentas ginastas, provenientes de sessenta equipes de todo o Brasil.

Este fato acontece por ser um evento de nível técnico mais baixo, no qual as ginastas devem apresentar apenas duas séries individuais (mãos livres e um aparelho), sendo certo que nas provas de conjunto, há apenas a apresentação de uma coreografia por categoria.

Já o Campeonato Brasileiro é o responsável pelo ranqueamento das ginastas a nível nacional, tendo, portanto, um regulamento mais complexo. Este busca atender às orientações da União Pan-Americana de Ginástica e da FIG, requisitando que as ginastas pré-infantis realizem três séries individuais (mãos livres e dois aparelhos) e uma de conjunto. Já as atletas da categoria infantil precisam desempenhar quatro coreografias individuais (mãos livres e três aparelhos), além de uma apresentação de conjunto. Para as categorias juvenil e adulto, as regras exigem a execução de quatro coreografias individuais, com aparelhos estipulados pelo código de pontuação e, para a prova de conjunto, duas séries com aparelhos diferentes ordenados também pelo CP. É importante ressaltar que, para cada equipe, a prova de conjunto não precisa necessariamente ser composta pelas mesmas ginastas que participaram das provas de individual.

Os três centros possuem ginastas que já participaram de competições internacionais, sendo duas ginastas juvenis da UNOPAR, dez ginastas da Sadia (uma pré-infantil, três infantis, cinco juvenis e uma adulto), e as oito ginastas da seleção brasileira.

Finalizando a etapa referente aos questionários, apresenta-se abaixo um gráfico de extrema importância para o campo da pedagogia do esporte. Este representa as experiências físico-esportivas anteriores dos sujeitos desta pesquisa.



**Figura 35: Resposta dos questionários aos alunos – Experiências Anteriores.**

Verifica-se que a maioria, 52 das 81 atletas, não praticou nenhuma atividade anterior à ginástica rítmica.

Ao responder positivamente, foi requisitado que as ginastas indicassem qual teria sido a atividade realizada anteriormente. Das respostas dadas, obteve-se o seguinte resultado:

- Natação - 9
- Dança/Ballet – 6
- Lutas (capoeira e judô) - 3
- Ginástica artística - 2
- Esportes coletivos (Voleibol, basquetebol e handebol) – 2
- Circo - 1

Das práticas elencadas acima, apenas a dança/ballet, a ginástica artística e possivelmente o circo possuem, segundo o questionários das técnicas, habilidades utilizáveis no ensino da ginástica rítmica.

No entanto, uma das ginastas que praticou esportes coletivos anteriormente teve capacidade de ingressar na GR com onze anos, ser considerada uma das melhores atletas da equipe, e ainda ser convocada para o período de observação de possíveis ginastas para compor a equipe brasileira de conjunto. Este fato demonstra, conforme afirma a literatura (GRECO, 1998;

PAES, 1992, 2002; SANTANA, 2005), que a extensa gama de atividades promove o aumento do vocabulário motor e, conseqüentemente, o sucesso em diferentes práticas esportivas.



## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Após a apresentação e discussão dos dados, é possível delinear um panorama sobre a estruturação física e os programas desenvolvidos nos diferentes centros de treinamento em ginástica rítmica do Brasil, remetendo a reflexões sobre as consequências dessas iniciativas para a promoção da GR no país.

O caminhar teórico desta dissertação abordou temas relevantes para a compreensão da ginástica rítmica no ambiente esportivo. Assuntos como Esporte e Pedagogia do Esporte foram abordados com o intuito de explanar o fenômeno social esporte e suas concepções na contemporaneidade. O tópico a respeito da Ginástica Rítmica buscou relatar o contexto histórico da modalidade desde seu primórdio até a atualidade, possibilitando o entendimento da GR atual.

Ao passo dessas considerações, foi se configurando a contextualização da GR brasileira da atualidade, demonstrando formas de organização bem sucedidas no cenário nacional e internacional.

A observação da estrutura física, e dos conteúdos de treinamento, permitiu a compreensão de algumas questões que configuram o cenário da ginástica rítmica brasileira, tais como o planejamento do treinamento, acompanhamento da rotina diária, entre outros. Para isso alguns pontos serão destacados, com o propósito de contribuir para as discussões sobre o desenvolvimento e aperfeiçoamento da ginástica no Brasil.

O objetivo de conhecer e descrever o ambiente dos centros de treinamento em ginástica rítmica foi contemplado ao realizar visitas a três centros de treinamento em GR, possibilitando, bem como a visita piloto realizada no centro de treinamento de MANAUS, de maneira rica, o conhecimento das diversas realidades que permeiam a ginástica rítmica brasileira.

As inspeções locais permitiram a verificação da estrutura física dos centros de treinamento; nestes foi observada semelhança nos materiais que compunham esses centros. Apesar das diferenças entre tamanho, qualidade do material (não foi foco da pesquisa) e quantidade, todos os centros apresentaram estrutura específica e exclusiva para a prática da ginástica rítmica, assim como altura viável para o treinamento de ginastas de alto nível, tabladões oficiais e estrutura para o desenvolvimento de aulas de ballet clássico.

A sala de materiais também foi um item observado pelo estudo. Apesar de serem materiais de pequeno porte, o correto armazenamento dos mesmos é necessário para os cuidados específicos e conseqüentemente um bom desempenho das atletas da modalidade.

Os centros de treinamento da UNOPAR e da parceria Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI apresentam uma estrutura organizacional similar; ambas as instituições trabalham com categorias competitivas, atendendo desde a base ao alto rendimento.

Entretanto, apesar do bom trabalho desenvolvido por essas duas equipes, estes mostram divergência do processo realizado pelo centro de treinamento búlgaro ‘*RSG Levski*’, já que este apresenta praticamente 12 ginastas nas categorias menores<sup>22</sup> e 22 ginastas na categoria juvenil. Este fato confirma a situação apresentada por Schiavon (2009), a de que no Brasil o número de ginastas adultas de elite está próximo ao número de ginastas necessário para compor a seleção brasileira, sem reservas do mesmo nível técnico, ou seja, ao analisarmos o Centro Nacional de Treinamento em GR, verifica-se a presença de apenas oito ginastas na seleção brasileira, formando um conjunto titular e três reservas, o que difere da situação apresentada pela Rússia, Ucrânia, Bulgária, Bielorrússia e outros países de referência na GR que trabalham normalmente com duas equipes oficiais completas ( dois conjuntos).

O fato das equipes apresentarem um planejamento a longo prazo, e o pensamento sobre sua continuidade, revelou-se um dos pontos positivos verificados por essa pesquisa. O processo visualizado nas categorias de base para a formação de ginastas de elite confirma o apoio deste estudo para a construção de novos centros de treinamento no país.

Unindo a estrutura organizacional ao perfil dos profissionais atuantes nos três centros pesquisados do país, nota-se o conhecimento dos técnicos, coordenadores e dirigentes sobre a necessidade de melhoria dessas estruturas. Dos centros observados neste estudo, apenas o CT de Toledo aproximou-se dos centros internacionais de treinamento, cuja composição e estruturas são assim formadas:

- Coordenadores: vistos em todos os centros visitados.
- Equipe administrativa: apenas Toledo apresenta uma profissional administrativa e o apoio do departamento de *marketing* da Sadia S/A.

---

<sup>22</sup>No *RSG Levski* as categorias menores são chamadas de *children*, causando, portanto, desconhecimento da faixa etária das crianças neste centro de treinamento. No entanto, acredita-se que estas atendam a categoria infantil.

- Técnicos: todos os centros de treinamento são compostos por uma equipe de técnicos. Apenas o CNT, porém, conta com uma profissional para essa função.
- Professores de ballet: presentes em dois dos três centros de treinamento visitados.
- Coreógrafos: nenhum dos centros apresenta esse tipo de profissional. Essa função, no Brasil, é normalmente exercida pelas próprias treinadoras.
- Assistência médica: todos possuem esse apoio. Entretanto, apenas as equipes da Sadia e a seleção brasileira de GR possuem acompanhamento dirigido, sendo certo que somente a primeira possui local no próprio CT para o desenvolvimento desta função.

Verifica-se, no entanto, que os centros de treinamento nacionais têm buscado suprir essas deficiências, por meio de diferentes alternativas.

O questionamento sobre o perfil dos profissionais reforçou a discussão sobre a capacitação dos técnicos no país. Apesar dos resultados obtidos em virtude da evolução da GR brasileira nos últimos 15 anos, é nítido que a formação dos técnicos brasileiros pode ser melhorada. A ginástica rítmica no Brasil depende constantemente, para seu desenvolvimento, da vinda de técnicos experientes de países renomados ao país ou, ainda, do estágio das ginastas brasileiras no exterior.

A problemática desta situação decorre do fato de que o conhecimento dos técnicos estrangeiros chamados para comandar ou auxiliar a seleção brasileira é normalmente passado aos técnicos e ginastas da seleção brasileira, e não disseminado para o amplo conhecimento de todos os demais técnicos do país.

Apesar da iniciativa da CBG em realizar um curso técnico no Brasil, promovido pelo programa de capacitação da FIG (*FIG Academy*), apenas poucos técnicos brasileiros, convidados pela CBG, podem participar, já que esta não é uma atividade aberta à maioria dos técnicos brasileiros, normalmente os mais experientes.

Contudo, este estudo verificou que os profissionais dos centros de treinamento visitados buscam obter conhecimento por meio de cursos específicos, fornecidos por ações

privadas, de pós-graduação, ou, até mesmo, quando financeiramente viável, pelo intercâmbio com outros países.

É válido ressaltar, que esta pesquisa é valorizada pelas três instituições, em particular pelo centro de treinamento da parceria Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI, a qual apoiou e incentivou esta pesquisa, possibilitando que esta fosse fruto de reportagens na cidade de Toledo (ANEXO E).

Em relação às ginastas, verifica-se que a seleção brasileira de GR é formada em grande parte por atletas provenientes das regiões Sul e Sudeste do país. Entretanto, já existem ginastas da região Nordeste, o que demonstra que outras regiões e estados do país têm conseguido mobilizar suas instituições para promoção da GR no Brasil, inclusive procedendo na participação de suas ginastas em campeonatos como Torneio Nacional, e o próprio Campeonato Brasileiro de GR.

A configuração da atual seleção brasileira de ginástica rítmica, individual e conjunto, confirma as expectativas desse estudo, ao acreditar que a construção e manutenção dos centros de treinamento em ginástica rítmica pode contribuir para o desenvolvimento e o crescimento da modalidade. Portanto, o estudo considera que a criação de novos centros de treinamento acarretaria na ampliação do nível técnico da modalidade no país, incentivando assim maior concorrência nos campeonatos e na formação, com maior nível técnico, da equipe nacional.

É importante ressaltar que este fato é ratificado pela presença de 8 ginastas da seleção brasileira, individual e conjunto, procedentes de centros de treinamento em ginástica rítmica.

A pesquisa de campo trouxe elementos que levantaram considerações sobre a preparação esportiva das atletas. As três instituições visitadas indicaram a existência de um planejamento que norteia o treinamento, porém foi observada, conforme abordado por Bortoleto (2004) e Schiavon (2009), a presença de tradições que orientavam o treino, tal qual a extensa repetição de exercícios (contrariando o controle de carga defendido por autores do treinamento esportivo).

Verificou-se que a preparação física é importante, porém preterida em relação ao treinamento técnico. Law, Côte e Ericsson (2007) evidenciam este fato ao retratarem em seu estudo o andamento da sessão de treino de atletas participantes de Jogos Olímpicos e outros eventos internacionais. Verificou-se, como predizem as tradições, que a parte física pode ser

abandonada quando houver necessidade do treinamento das coreografias, e que estas devem ser realizadas com perfeição, ultrapassando, se necessário, o número de repetições previstas para o treino.

Notou-se que o planejamento das sessões engloba o controle de carga. No entanto, a observação de campo não constatou esta ocorrência, já que em muitos momentos verificou-se, por exemplo, para a preparação física, a mesma repetição de exercícios, a ausência de pausa e de diversidade de estímulos.

Em relação ao ballet clássico, observou-se, apesar das particularidades como é trabalhada, a presença desta prática nas três instituições visitadas. Conforme relatado por autores da iniciação e treinamento esportivo da ginástica rítmica (ALONSO, 2004; LAFFRANCHI, 2005; PAOLIELLO; TOLEDO, 2010; RÓBEVA; RANKELOVA, 1991), a utilização do ballet clássico é indispensável para a modalidade, já que compreende exercícios para a composição da base motora e aperfeiçoamento da técnica.

Apesar dessa importância, notou-se que o ballet é amplamente trabalhado apenas em dois centros, comprovando o discurso apresentado por Ribeiro apud Paoliello e Toledo (2010), de que ainda existem muitas escolas brasileiras que resistem à importância do ballet clássico no trabalho com a GR.

Contudo, é válido ressaltar que, apesar da cultura esportiva da GR, os profissionais dos centros de treinamento buscam conhecimento, permitindo que estes repensem a prática, promovendo discussões internamente, e produzindo outros meios para o alcance do rendimento. Esta situação é verificada no centro de treinamento da equipe Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI, coordenado pela Prof<sup>a</sup>. Anita Klemann, técnica da instituição e da seleção brasileira permanente de individual. Esta, advinda do atletismo, busca unir os métodos de treinamento desta modalidade aos utilizados pela ginástica rítmica.

Após visitar e registrar os dados que permeiam os centros de treinamento de ginástica rítmica no Brasil, e atingir os objetivos específicos desta pesquisa, de verificar a estrutura física e organizacional dos centros, traçar o perfil de técnicos e ginastas presentes em cada centro, e descrever e analisar o conteúdo dos treinamentos desses locais, finaliza-se esse estudo com a intenção de que este tenha acrescentado novas informações sobre a organização da modalidade.

Espera-se que este estudo incite a criação de novos centros de treinamento no Brasil, acreditando que isto poderá promover a democratização da GR no país, e assim permitirá que mais crianças pratiquem a modalidade, estimulando a participação destas em eventos regionais, estaduais e nacionais, gerando um crescimento para a ginástica rítmica, buscando ao final do processo melhores resultados em nível nacional e internacional.

Fica também a expectativa que este trabalho sirva para oferecer subsídios a outras pesquisas que virão sobre a GR.

## REFERÊNCIAS

ACHOUR JUNIOR, A. **Flexibilidade e alongamento**: saúde e bem estar. Barueri: Manole, 2004.

ALONSO, H. Meu corpo, minha cultura, minha ginástica rítmica. In: CONGRESSO CIENTÍFICO LATINO AMERICANO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIMEP, 3., 2004, Piracicaba. **Anais ...** Piracicaba: UNIMEP, 2004. p. 438-443.

ANTUALPA, K. **Ginástica rítmica e contorcionismo**: primeiras aproximações. 2005. 56 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

ARCE, M. B.; PALMEIRO, E. **A ximnasia rítmica desportiva**: adestramento e competición. Santiago de Compostela: Lea, 1998.

ARENA, S. S; BOHME, M.T. S. Federações esportivas e organização de competições para jovens. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v.12, n.4, p.45-50, dez. 2004.

\_\_\_\_\_. Programas de iniciação e especialização esportiva na grande São Paulo. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v.14 , n.2, p. 184-95, 2000.

BALBINO, H. F. **Jogos desportivos coletivos e os estímulos das inteligências múltiplas**: bases para uma proposta em pedagogia do esporte. 2001, 164 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2001.

BARBANTI, V. J. **Teoria e prática do treinamento esportivo**. 2. ed. São Paulo: E. Blucher, 1997.

\_\_\_\_\_. (Org.) **Esporte e atividade física: interação entre rendimento e qualidade de vida**. São Paulo: Manole, 2002.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2001.

BARROS, D.; NEDIALKOVA, G. **Os primeiros passos na ginástica rítmica**. Rio de Janeiro: Palestra Sports, 1998.

BENTO, J. O. **Contextos da pedagogia do desporto**: perspectivas e problemáticas. Lisboa: Livros Horizonte, 1999.

BETTI, M. **Violência em campo**: dinheiro, mídia e transgressão às regras no futebol espetáculo. Ijuí: Ed. Unijuí, 1997. 151p.

BEZZON, L.C. (Org.). **Guia prático de monografias, dissertações e teses: elaboração e apresentação**. 4.ed. Campinas: Alínea, 2009

BODO SCHMIDT, A. **Gimnasia ritmica deportiva**. Barcelona: Hispano Européia, 1985.

BOHME, M. T. S. O tema talento esportivo na ciência do esporte. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, Brasília, v. 15, n. 1, p. 119-26, 2007.

\_\_\_\_\_. **Aptidão física de jovens atletas do sexo feminino analisada em relação a determinados aspectos biológicos, idade cronológica e tipo de modalidade esportiva praticada**. 1999. Tese (Livre-Docência) - Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1999.

\_\_\_\_\_. O treinamento a longo prazo e o processo de detecção, seleção e promoção de talentos esportivos. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v. 2, n. 3, p. 4-10, 2000.

\_\_\_\_\_. Talento esportivo I: aspectos teóricos. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v. 8, n. 2, p. 90-100, 1994.

\_\_\_\_\_. Talento esportivo II: determinação de talentos esportivos. **Revista Paulista de Educação Física, São Paulo**, v.9, n.2, p.138-46, 1995.

BOMPA, T. O. **Treinamento total para jovens campeões**. São Paulo: Manole, 2002.

\_\_\_\_\_. **A periodização no treinamento esportivo**. São Paulo: Manole, 2001

\_\_\_\_\_.; CORNACCHIA, L. **Treinamento de força consciente**. São Paulo: Phorte, 2000.

BORTOLETO, M. A. C. **La lógica interna de la gimnasia artística masculina (GAM) y estudio etnográfico de un gimnasio de alto redimiento**. 2004. 668f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Instituto Nacional de Educación Física, Universitat de Lleida, Lleida, 2004.

CAÇOLA, P. Comparação entre as práticas em partes e como um todo e a utilização de dicas na aprendizagem motora de duas habilidades da GR. 2006. Dissertação de Mestrado (Mestrado em Comportamento Motor) – Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2006.

\_\_\_\_\_.; LADEWIG, I. A utilização de dicas na aprendizagem da Ginástica Rítmica: Um estudo de revisão. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, v. 82, abr. 2005. Disponível em: <http://www.efdeportes.com>. Acesso em: 30 mai. 2010.

CANALDA LLOBET, A. **Gimnasia rítmica deportiva: teoria y práctica**. 3. ed. Barcelona: Editorial Paidotribo, 1996.

CHIZZOTI, A. A pesquisa qualitativa em ciências humanas e sociais: evolução e desafios. **Revista Portuguesa de Educação**, Lisboa, ano/vol 16, n. 2, p. 221-36. 2003.

COMITÊ OLÍMPICO BRASILEIRO. Disponível em: [http://www.cob.org.br/sobre\\_cob/agnelo\\_piva.asp](http://www.cob.org.br/sobre_cob/agnelo_piva.asp). Acesso em 20 de nov. 2010.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA (CBG). Disponível em: <http://www.cbginastica.com.br/web/>. Acesso em: 15 out. 2010.

DE LA ROSA, A. F. **Treinamento desportivo**: do ortodoxo ao contemporâneo. São Paulo: Phorte, 2007.

\_\_\_\_\_. **Direções de treinamento**: novas concepções metodológicas. Rio de Janeiro: Phorte Editora; 2006.

DE ROSE Jr., D. **A criança, o jovem e a competição esportiva**: considerações gerais. In: DE ROSE Jr., D. (Org.). *Esporte e atividade física na infância e na adolescência: uma abordagem multidisciplinar*. Porto Alegre: Artmed, 2002.

DARIDO, S. Teoria, prática e reflexão na formação profissional em educação física. **MOTRIZ**, Rio Claro, v. 1, n. 2 p. 124-28, dez. 1995

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA (FIG). Disponível em: <http://www.figgymnastics.com/index2.jsp?menu=diswag>. Acesso em: 10 jul. 2010.

FILIN, V.P.; VOLKOV, V. M. **Seleção de talentos nos desportos**. Londrina: Midiograf, 1998.

GALATTI, L. R. **Esporte e clube sócio-esportivo**: percurso, contextos e perspectivas a partir de um estudo de caso em clube esportivo espanhol. 2010. 305 f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2010.

\_\_\_\_\_. **Pedagogia do esporte**: o livro didático como mediador no processo de ensino e aprendizagem dos jogos esportivos coletivos. 2006. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2006.

GABLER, H.; RUOFF, B. Zum Problem der Talentbestimmung im Sport. Rahmentheoretische Vorüberlegungen. *Sportwissenschaft*, v.9, n.2, p.164-80, 1979 *apud* BOHME, M.T.S. Talento esportivo II: determinação de talentos esportivos. **Revista Paulista de Educação Física, São Paulo**, v. 9, n. 2, p.138-46, 1995.

GALLAHUE, D.; OZMUN, J. **Compreendendo o desenvolvimento motor**: Bebês, crianças, adolescentes e adultos. São Paulo: Phorte, 2005.

GHIRALDELLI JR., P. **O que é pedagogia**. 6. ed. São Paulo: Brasiliense, 1991.

GODOY, A. S. Pesquisa qualitativa: tipos fundamentais. **RAE**, São Paulo, v. 35, n.3, p.20-29, 1995.

GOMES, A. C. **Treinamento desportivo**: estruturação e periodização. Porto Alegre: Artmed, 2002.

GOMES, A. C. **Treinamento desportivo: meios e métodos de treinamento**. Londrina: Editora Treinamento Desportivo, 1999.

GONÇALVES, L. A. P. **Avaliação do crescimento, composição corporal e maturação em ginastas de ginástica rítmica**. 2008. 112f. Tese (Doutorado) Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Ciências Médicas.

GRANELL, J. C.; CERVERA, V. R. **Treinamento desportivo**. Porto Alegre: Artmed, 2003 *apud* MARQUES, A. et al. Evolução do esporte, treinamento e performance: um universo em ciências do esporte. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo do Pinhal, v. 10, n. 14, p.13-26, jan. 2009.

GRECO, P. J. (Org.) **Iniciação esportiva universal: metodologia da iniciação tática**. Belo Horizonte: Ed. da UFMG, 1998. v. 2.

GRECO, P. J.; BENDA, R. N. (Org.) **Iniciação esportiva universal: da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. Belo Horizonte. Ed. da UFMG, 1998. v.1.

GUEDES, D. **Manual prático para avaliação em educação física**. Barueri: Manole, 2006.

HAHN, E. **Entrenamiento con niños**. Barcelona: Martínez, 1998.

JOCH, W. **O talento esportivo: identificação, promoção e as perspectivas do talento**. Rio de Janeiro: Publishing House Lobmaier, 2005. 351p.

KISS, M. A. P. D. M. et al. Desempenho e talentos esportivos. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, v.18, p.89-100, ago. 2004.

KUNZ, E. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. Ijuí: Ed. da Unijuí, 1994.

LAFFRANCHI, B. **Planejamento, aplicação e controle da preparação técnica da ginástica rítmica: análise do rendimento técnico alcançado nas temporadas de competição**. 2005. 267f. Tese (Doutorado em Ciências do Desporto) – Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, 2005.

\_\_\_\_\_. **Treinamento desportivo aplicado à ginástica rítmica**. Londrina: Unopar, 2001.

LANGLADE, A.; LANGLADE, N. R. **Teoria general de la gimnasia**. Buenos Aires: Editorial Stadium, 1970.

LAW, M.; CÔTE, J.; ERICSSON, K. Characteristics of expert development in rhythmic gymnastic: a retrospective study. **Internacional Journal of Sports and Exercise Psychology**, n. 5, p. 82-103, maio 2007.

LEBRE, E. **Estudo comparativo das exigências técnicas e morfológicas em ginástica rítmica desportiva**. 1993. Tese (Doutorado) - Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, 1993.

\_\_\_\_\_. **Manual de ginástica rítmica**. Lisboa: Porto, 2006.

LE MONDE DU BALLET. Disponível em: <<http://balletmonde.blogspot.com/2007/07/26/metodo-vaganova/>>. Acesso em: 25 nov. 2010

LOPES, P., NUNOMURA, M. Motivação para a prática e permanência na ginástica artística de alto. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 3, n. 21, p. 177-87, jul./set. 2007.

MINISTÉRIO DO ESPORTE. Disponível em: <http://www.esporte.gov.br/snear/cenesp/default.jsp/>. Acesso em: set. 2009.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. V. **Metodologia do trabalho científico**: procedimentos básicos, pesquisa bibliográfica, projeto e relatório, publicações e trabalhos científicos. São Paulo: Atlas, 2001.

\_\_\_\_\_. **Técnicas de pesquisa**: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisa, análise e interpretação de dados. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

\_\_\_\_\_. **Fundamentos de metodologia científica**. São Paulo: Atlas, 2003.

MARQUES, A. et al. Evolução do esporte, treinamento e performance: um universo em ciências do esporte. **Movimento & Percepção**, Espírito Santo do Pinhal, v. 10, n. 14, p.13-26, 01 jan. 2009. Semestral.

\_\_\_\_\_. A especialização precoce na preparação desportiva. **Revista Treino Desportivo**, n.19, p. 9-15, 1991.

MARTINS, G. **Manual para a elaboração de monografias e dissertações**. São Paulo: Atlas, 2007.

MATVEIEV, L. **O processo do treino desportivo**. Lisboa: Livros Horizonte, 1991.

MESQUITA, I. Ensinar bem para aprender melhor o jogo de voleibol. In: TANI, G.; BENTO, J. O.; PETERSEN, R. D. de S. **Pedagogia do desporto**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006. p. 327-344.

MONTEIRO, S. **Quantificação e classificação de cargas de treino em ginástica rítmica**: estudo de caso – preparação para o campeonato do mundo de Osaka 1999da seleção nacional de conjuntos Senior. 2000. Dissertação (Mestrado em Ciência do Desporto) - Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Univerisdade do Porto, Porto, 2000. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10216/9941>.

NEDIALKOVA, G.; SOARES, A; BARROS, D. **Ginástica rítmica: em busca de novos talentos**. Petrópolis: Portal Literário, 2006.

NUNOMURA, M.; CARRARA, P.; TSUKAMOTO, M. Ginástica artística e especialização precoce: cedo demais para especializar, tarde demais para ser campeão! **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 24, n. 23, p. 305-14, jul./set. 2010.

PAES, R. R. Pedagogia do Esporte: contextos, evolução e perspectivas. **Revista Brasileira de Educação Física e Esportes**, São Paulo, v. 20, n. 5, p. 171, set. 2006. (supl.).

\_\_\_\_\_. Pedagogia do esporte e os jogos coletivos. In: De ROSE Jr., D. **Esporte e atividade física na infância e adolescência: uma abordagem multidisciplinar**. Porto Alegre: Artmed, 2002. p. 89-98.

\_\_\_\_\_. **Aprendizagem e competição precoce: o caso do basquetebol**. Campinas: Ed. da Unicamp, 1992.

PAOLIELLO, E.; TOLEDO, E. **Possibilidades da ginástica rítmica**. São Paulo: Phorte, 2010.

PALMER, H. **Teaching rhythmic gymnastics: a developmentally appropriate approach**. Champaign: Human Kinetics, 2003.

PLATONOV, V. N. **Teoria geral do treinamento desportivo**. São Paulo: Phorte, 2008.

\_\_\_\_\_.; BULATOVA, M. M. **A preparação física**. Rio de Janeiro: Zamboni Sprint, 2003.

RIBAS, João Francisco Magno (org.). **Jogos e esportes: fundamentos e reflexões da praxiologia motriz**. Santa Maria: Ed. da UFSM, 2008.

RHYTHMIC GYMNASTICS CLUB LEVSKI. Disponível em: <http://rg-levski.eu/en/index.php.htm>. Acesso em: 21dez. 2010.

RÓBEVA, N.; RANKÉLOVA, M. **Escola de campeões: ginástica rítmica desportiva**. 4. ed. São Paulo: Ícone, 1991.

ROQUE, S. **A sociedade esportiva ainda nutre esperanças de sucesso**. 2007 Disponível em: <http://jusvi.com/artigos/30483/1>. Acesso em: 26 dez. 2010.

SANTANA, W. C. Pedagogia do esporte na infância e complexidade. In: PAES, R. R.; BALBINO, H. F. **Pedagogia do esporte: contextos e perspectivas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005, p.1-22.

\_\_\_\_\_. **Uma proposta pedagógica para o futsal na infância**. Disponível em: [http://www.pedagogiadofutsal.com.br/texto\\_029.htm](http://www.pedagogiadofutsal.com.br/texto_029.htm). Acesso em: 27 jul. 2009.

\_\_\_\_\_.; REIS, H. Futsal feminino: perfil e implicações pedagógicas. **Revista Brasileira Ciência e Movimento**, v. 11, n. 4, p. 45-50, out./dez. 2003.

SARÔA, G. **A história da ginástica rítmica em Campinas**. 2005. 139f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

SCHIAVON, L.M. **Ginástica artística e história oral: a formação desportiva de ginastas brasileiras participantes de Jogos Olímpicos (1980-2004)**. 2009. 380f. Tese (Doutorado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009.

SCHMIDT, R.; WRISBERG, C. **Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada no problema**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

SEMINÁRIO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA ARTÍSTICA E RÍTMICA DE COMPETIÇÃO, 2., 2010, Campinas. Anais... Campinas, 2010.

SHIGUNOV, V. **A influência do método parcial e global e sua relação com a idade na aprendizagem da corrida com barreiras**. 1983. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 1983.

SILVA, F. M.; FERNANDES, L.; CELANI, F. O. Desporto de crianças e jovens: um estudo sobre as idades de iniciação. **Revista Portuguesa de Ciência do Desporto**, Espírito Santo do Pinhal, v. 1, n. 2, p.45-55, jan. 2001.

SOUZA, E. P. M.; TOLEDO, E.; PALERMO, C. **Elementos básicos da ginástica rítmica desportiva**. Campinas: Centro de Comunicação: Unicamp, 1998. Acompanha CD.

UNIÃO EUROPÉIA DE GINÁSTICA (UEG). Disponível em: <http://www.ueg-gymnastics.com/>. Acesso em: 21 dez. 2010.

VAEYENS, R. et al. talent identification and development programmes in sport: current models and future directions. **Sports Medicine**, v. 38, n. 9, p. 703-14, set. 2008.

VANKOV, I. Sistema za control, otzenca i optimizatzia na fizichescata podgotovia u hudojestvenata gimnastica ot 6-19 godistina. Sofia: BSFS, 1983.

VEIGA-NETO, A. Utopia e democracia: os inéditos viáveis na escola cidadã. In: SEMINÁRIO INTERNACIONAL SOBRE REESTRUTURAÇÃO CURRICULAR, 7., 2000, Porto Alegre. **Anais ...** Porto Alegre, 2000.

Disponível em: <http://www.lite.fae.unicamp.br/cursos/nt/ta5.12.htm>.

VELARDI, M. (1998). In: V. NISTA-PÍCCOLO. *Ginástica Rítmica: a necessidade de novos modelos pedagógicos*. Campinas: Papyrus.

TANI, G. Educação física na educação infantil: pesquisa e produção do conhecimento. **Revista Paulista de Educação Física**, São Paulo, supl.04, p.110-15, 2001.

TIBEAU, C. **Ensino da ginástica rítmica desportiva pelo método global**: viabilidade e eficácia. 1988. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Escola de Educação Física e esportes, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1988.

TUBINO, M. J. G. **Dimensões sociais do esporte**. 2. ed. São Paulo: Cortez, 2001.

WEINECK, J. **Atividade física e esporte para que?** São Paulo: Manole, 2003.

\_\_\_\_\_. **Treinamento ideal**. São Paulo: Manole, 1999

ZAKHAROV, A.; GOMES, A. C. **Ciência do treinamento desportivo**. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, 2003.

ZAKHAROV, A. **Ciência do treinamento esportivo**. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, 1992.

ZATSIORSKY, V. **Ciência e prática do treinamento de força**. São Paulo: Phorte, 1999.

## **ANEXOS**

## ANEXO A – Carta de Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa



FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS  
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA

[www.fcm.unicamp.br/pesquisa/etica/index.html](http://www.fcm.unicamp.br/pesquisa/etica/index.html)

CEP, 26/11/10  
(Grupo III)

**PARECER CEP:** N° 866/2010 (Este n° deve ser citado nas correspondências referente a este projeto).  
**CAAE:** 0669.0.146.000-10

### I - IDENTIFICAÇÃO:

**PROJETO:** “DESCRIÇÃO DE CENTROS DE EXCELÊNCIA EM GINÁSTICA RÍTMICA”.

**PESQUISADOR RESPONSÁVEL:** Kizzy Fernandes Antualpa

**INSITUIÇÃO:** Faculdade de Educação Física/UNICAMP

**APRESENTAÇÃO AO CEP:** 10/09/2010

**APRESENTAR RELATÓRIO EM:** 26/11/11 (O formulário encontra-se no *site* acima).

### II - OBJETIVOS

Conhecer e descrever o ambiente de treinamento dos centros de excelência em ginástica rítmica, abordando a estrutura física com visitas nos locais e a organização dos centros através de uma busca documental.

### III - SUMÁRIO

Estudo qualitativo e quantitativo. Será realizado em três centros do país: dois na região sul (Universidade Norte do Paraná (UNOPAR) em Londrina e SESI em Toledo) e um no nordeste (Confederação Brasileira de Ginástica em Aracajú). A amostra será composta por profissionais, atletas/alunas; em Londrina serão incluídos sete profissionais e uma média de seis ginastas por categoria (quatro categorias); em Aracajú serão oito ginastas e sujeitos atuantes nestes ambientes (técnicos e outros profissionais) e em Toledo serão ginastas de diferentes categorias, mirim (7 e 8 anos), adultos (>16 anos) e técnicos, auxiliares e dirigentes. Será agendada visita aos centros, as visitas terão em média a duração de uma semana. Os dados serão coletados por meio da observação, com registro de imagens e aplicação de questionário. O estudo qualitativo interpretará fenômeno estudado, analisará os profissionais, a estrutura física e o conteúdo de treino trabalhado a partir da observação, descrição e compreensão dos significados. Os dados quantitativos serão obtidos por meio dos questionários referentes aos grupos de ginastas e técnicos de diferentes categorias e locais de atuação. A análise dos dados se dará a partir da análise de conteúdo e interpretação e tabulação dos dados.

### IV - COMENTÁRIOS DOS RELATORES

Após respostas às pendências, o projeto encontra-se adequadamente redigido e de acordo com a Resolução CNS/MS 196/96 e suas complementares, bem como o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Comitê de Ética em Pesquisa - UNICAMP  
Rua: Tessália Vieira de Camargo, 126  
Caixa Postal 6111  
13083-887 Campinas - SP

FOFNE (019) 3521-8936  
FAX (019) 3521-7187  
cep@fcm.unicamp.br



**FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS  
COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA**

[www.fcm.unicamp.br/pesquisa/etica/index.html](http://www.fcm.unicamp.br/pesquisa/etica/index.html)

#### V - PARECER DO CEP

O Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Ciências Médicas da UNICAMP, após acatar os pareceres dos membros-relatores previamente designados para o presente caso e atendendo todos os dispositivos das Resoluções 196/96 e complementares, resolve aprovar sem restrições o Protocolo de Pesquisa, bem como ter aprovado o Termo do Consentimento Livre e Esclarecido, assim como todos os anexos incluídos na Pesquisa supracitada.

O conteúdo e as conclusões aqui apresentados são de responsabilidade exclusiva do CEP/FCM/UNICAMP e não representam a opinião da Universidade Estadual de Campinas nem a comprometem.

#### VI - INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES

O sujeito da pesquisa tem a liberdade de recusar-se a participar ou de retirar seu consentimento em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma e sem prejuízo ao seu cuidado (Res. CNS 196/96 – Item IV.1.f) e deve receber uma cópia do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, na íntegra, por ele assinado (Item IV.2.d).

Pesquisador deve desenvolver a pesquisa conforme delineada no protocolo aprovado e descontinuar o estudo somente após análise das razões da descontinuidade pelo CEP que o aprovou (Res. CNS Item III.1.z), exceto quando perceber risco ou dano não previsto ao sujeito participante ou quando constatar a superioridade do regime oferecido a um dos grupos de pesquisa (Item V.3.).

O CEP deve ser informado de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes que alterem o curso normal do estudo (Res. CNS Item V.4.). É papel do pesquisador assegurar medidas imediatas adequadas frente a evento adverso grave ocorrido (mesmo que tenha sido em outro centro) e enviar notificação ao CEP e à Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA – junto com seu posicionamento.

Eventuais modificações ou emendas ao protocolo devem ser apresentadas ao CEP de forma clara e sucinta, identificando a parte do protocolo a ser modificada e suas justificativas. Em caso de projeto do Grupo I ou II apresentados anteriormente à ANVISA, o pesquisador ou patrocinador deve enviá-las também à mesma junto com o parecer aprovatório do CEP, para serem juntadas ao protocolo inicial (Res. 251/97, Item III.2.e)

Relatórios parciais e final devem ser apresentados ao CEP, de acordo com os prazos estabelecidos na Resolução CNS-MS 196/96.

#### VII- DATA DA REUNIÃO

Homologado na IX Reunião Ordinária do CEP/FCM, em 28 de setembro de 2010.

**Profa. Dra. *Carmen* Carmen Silvia Bertuzzo**  
VICE-PRESIDENTE do COMITÊ DE ÉTICA EM PESQUISA  
FCM / UNICAMP

## ANEXO B – Solicitação de Autorização à UNOPAR para Visitas ao Centro de Treinamento



# Universidade Norte do Paraná

Credenciada pelo Decreto Federal de 03/07/97 - D. O. U. Nº 126, de 04/07/97

Londrina, 24 de novembro de 2010.

O Curso de Educação Física da Universidade Norte do Paraná – UNOPAR por meio do seu projeto permanente de extensão “Escola de Iniciação em Ginástica Rítmica da UNOPAR – da iniciação ao alto rendimento” concede autorização a professora Kizzy Fernandes ANTUALPA para que a mesma possa desenvolver a coleta de dados de sua pesquisa intitulada “Descrição de centros de excelência em Ginástica Rítmica” junto às treinadoras e monitoras do projeto acima descrito.

Atenciosamente

  
 Prof.<sup>a</sup> Márcia Regina Aversani Lourenço  
 Coordenação do Curso de Educação Física

### UNIÃO NORTE DO PARANÁ DE ENSINO LTDA

**COLÉGIO ELIAS**, Rua Marília, 183 - CEP: 86041-100 - Fone: (0xx43) 3371-7779 - Fax: (0xx43) 3341-8122 - Londrina-PR. **BOQUEIRÃO**, Av. Paris, 675, Jd. Piza, CEP: 86041-740 - Fone: (43) 3371-7930/Fax: (43) 3371-7771 - Londrina-PR. **CAMPUS UNIVERSITÁRIO DE LONDRIANA** - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde - CCBS: Av. Paris, 675, Jd. Piza, CEP: 86041-140, Cx. P. 401 - Fone: (43) 3371-7700/Fax: (3) 3371-7721 - Londrina-PR. Centro de Ciências Exatas e Tecnológicas - CCET: R. Tereza, 1.208, Vila Nova, CEP: 86259-230 - Fone: (0xx) 3371-7700 - Londrina-PR. Londrina-PR. Centro de Ciências Humanas e de Educação - CCEHA: Av. Paris, 675, Jd. Piza, CEP: 86041-140, Cx. P. 401 - Fone: (43) 3371-7700 / Fax: (43) 3371-7721 - Londrina-PR. Centro de Ciências Empresariais e Sociais Aplicadas - CCSA: Rodovia Celso Garcia Cid, PR 445 - Km 277, Fone/Fax: (43) 3331-7700 - Londrina-PR. **CAMPUS UNIVERSITÁRIO DE ARAPONGAS**: Centro de Ciências Humanas, da Saúde, Exatas e Tecnológicas - CC3SET - A: PR-218, KM-01, CEP: 84702-276, Cx. P. 360 - Fone/Fax: (43) 3274-7700 - Arapongas-PR. **CAMPUS UNIVERSITÁRIO DE BARRIGUANDA**: Centro de Ciências Humanas, da Saúde, Exatas e Tecnológicas - CC3SET - B: Av. Edinéia Maneghini Ranfo, 151, Vila Macedo, Fone: (43) 3542-8030, CEP: 86340-000, Bernardino - PR. **FAZENDA EXPERIMENTAL**: Tanarara-PR. Fone/Fax: (43) 3269-6707. **ITUMBÉ**: R. Tereza, 1.208, Vila Nova, CEP: 86259-230 - Fone: (43) 3328-1707 / Fax: (43) 3328-1737 - Londrina-PR. **ISOMÉ D'ÁZUL**: [www.unopar.br](http://www.unopar.br) E-MAIL: [unopar@unopar.br](mailto:unopar@unopar.br)

## ANEXO C – Solicitação de Autorização à Sadia/Prefeitura de Toledo/SESI para Visitas ao Centro de Treinamento



### AUTORIZAÇÃO

A Parceria Sadia/Sesi/Prefeitura de Toledo concede autorização a professora Kizzy Fernandes ANTUALPA para que a mesma possa desenvolver a coleta de dados de sua pesquisa intitulada " Descrição de centros de excelência em ginástica rítmica" juntos aos sujeitos atuantes no Centro de Treinamento de Ginástica Rítmica, localizado no Ginásio do SESI, Rua do Cedro, 873- Jardim Paraíso - Toledo -PR.

Toledo, de outubro de 2010-10-28



Pedro Paulo Furlan  
Coordenador/ Procurador

**ANEXO D – Solicitação de Autorização à CBG para Visitas ao Centro de Treinamento****CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA****AUTORIZAÇÃO**

A Confederação Brasileira de Ginástica concede autorização a Professora Kizzy Fernandes ANTUALPA para que a mesma possa desenvolver a coleta de dados da sua pesquisa intitulada "Descrição de centros de excelência em ginástica rítmica", junto aos sujeitos atuantes no Centro Nacional de Treinamento de Ginástica Rítmica, localizado na Rua Cedro, S/N Bairro São José - Aracaju/SE.

Aracaju, 27 de outubro de 2010

  
Maria Luciene Cacho Resende  
**Presidente**



Av. Dr. Edésio Vieira de Melo, 419 – Suasa  
Aracaju – Sergipe – Brasil – CEP: 49.000-240  
Fone/Fax: (79) 3211-1206 / 3211-1207  
Site: [www.cbginastica.com.br](http://www.cbginastica.com.br)



## ANEXO E – Reportagem do Jornal do Oeste – Dissertação sobre o Centro de Treinamento (08/10/2010).



# Tese de mestrado inclui pesquisa no CT da Sadia/Prefeitura de Toledo/Sesi

## GIRO ESPORTIVO

### Paranaense

O presidente do Cascavel Clube Recreativo, Nei Victor, anunciou o nome do técnico que comandará a equipe durante as disputas do Campeonato Paranaense 2011. Será José dos Santos Guedes. Ele nasceu em Tebeli-Itaerama e estava atualmente no Marcello Dias (SC). Depois de atuar na Impedida de 2010 como auxiliar técnico e preparador físico do CCR, José dos Santos Guedes trabalhará em parceria com Walter Males, que assume a função de coordenador técnico.

### Tênis

Caroline Wozniacki confirmou as expectativas e se tornou a primeira dinamarquesa a ocupar o lugar mais alto do ranking mundial de tênis após derrotar a tcheca Petra Kvitová (34ª) na segunda rodada do torneio de Pequim, na China. O triunfo de 2 sets a 0 (parciais de 6/3 e 6/2) veio com 1 hora e 15 minutos de partida. Com o triunfo, ela já obteve pontos suficientes para ultrapassar a norte-americana Serena Williams – machucada – do topo do ranking na próxima classificação, que ocorrerá na segunda-feira.

### Ginástica

O Comitê Olímpico Brasileiro divulgou nota em que diz que Diego Hypólito tem prazo estimado de três meses para se recuperar. É a estimativa mais otimista propagada desde que foram descobertos os problemas no pé do atleta, que são: fragmentos de osso soltos, ruptura de ligamento interno, rão na cartilagem, tendinite (no tibial posterior) e edema (no tálus). Segundo o COB, as informações são do médico José Carlos Cohen, que tem acompanhado Diego na Basileia (Suíça).

### Pan Americanos

Mario Vázquez Raña, presidente da Organização Desportiva Pan-Americana (Odepa), disse que esperava que as obras para o Pan de Guadalajara, no México, em 2011, "estivessem piores do que estão", mas que "vão bem", apesar do atraso em obras como a vila de atletas e o laboratório antidoping.

### NBA

David Stern, principal cartola da NBA, afirmou que o Brasil será palco de jogos da pré-temporada da liga americana de basquete. Segundo o dirigente, as partidas deverão acontecer "provavelmente antes da Copa do Mundo de 2014". Stern disse que a NBA abriu um escritório no Brasil.

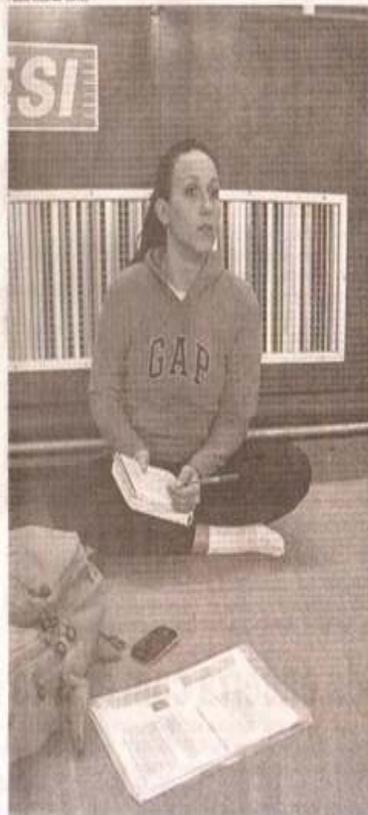
### Engenhão

Ano de críticas de jogadores e treinadores, o gramado do estádio Engenharia está sendo reparado para o início das atividades de treinamento.

Duas professoras de Jundiaí (SP) estão em Toledo buscando informações sobre o projeto desenvolvido no município na Ginástica Rítmica e a estrutura do Centro de Treinamento de GR, onde treina a equipe de rendimento da Sadia/Prefeitura de Toledo/Sesi. As informações vão servir de base para a elaboração de uma tese de mestrado que a professora e ex-ginasta Kiviz Antulpa está fazendo na Universidade de Campinas, sob a orientação do professor Roberto Rodrigues Pons. Ela, que veio acompanhada da colega Júlia Quaggio e da ginasta Camila Milani, quer conhecer a estrutura esportiva oferecida às atletas para avaliar a situação da ginástica rítmica no Brasil e apresentar sugestões. "Prendo defender a implantação de centros de treinamentos, com estrutura adequada, para contribuir com o crescimento da GR no Brasil", justificou.

Além do Centro de Treinamento de Toledo ela vai conhecer o Centro de Treinamento da Unopar, em Londrina, Norte do Estado, onde já treinou a equipe brasileira de GR, e o Centro de Treinamento de Aracaju (SE), atual sede da seleção brasileira de conjuntos. Ela ficou impressionada com a estrutura em Toledo e considerou o local como referência para o Brasil, pela estrutura esportiva oferecida às atletas, tanto física como de pessoal.

Paula Ricardo Torres



Na avaliação ela não está apenas considerando o espaço físico mas também o acompanhamento profissional oferecido às ginastas, com professores de Educação Física, aulas de ballet, acompanhamento psicológico, fisioterapia médica, nutrição, entre outras áreas, dando as melhores condições de treinar em situações parecidas as de primeiro mundo.

"O CT de Toledo é muito bom serve de referência para o Brasil e comparado aos de primeiro mundo", testemunhou ela, enquanto acompanhava uma aula de ballet. Segundo ela, investimentos como estes são muito importantes para o crescimento da modalidade. "Se o Brasil quer crescer na ginástica rítmica precisa fazer investimento como estes e os dirigentes precisam conhecer o que está sendo feito em Toledo para aprender com quem está fazendo. Se certamente não tem nada parecido com isso no Brasil hoje", afirmou. As duas professoras chegam a Toledo na segunda-feira (4) e permanecem no município até sábado. Durante o período elas vão acompanhar os treinos e conversar com a técnica Anita Hlemann, com as demais professoras de GR que fazem parte da equipe, parceiros do projeto e com as atletas.

Da Assessoria  
TOLEDO

Todos os dados serão repassados para tese de mestrado em SP



## **APÊNDICES**

### APENDICE A – Roteiro de Observação

DATA: LOCAL:		
MATERIAIS	QUANTIDADE	OBSERVAÇÕES
Barra de ballet		
Espelho		
Tapete		
Espaldar		
Banco ou cadeira		
Bolas		
Cordas		
Arcos		
Maças		
Fitas		
Aparelho de som		
Mesa para técnicos		
Sala de materiais		
<b>PROFISSIONAIS</b>		
Técnica		
Fisioterapeuta		
Profº. Ballet		
Nutricionista		
Médico		
Auxiliar de limpeza		
<b>CONTEÚDO DE TREINO</b>		
Aquecimento		
Corrida		
Alongamento livre		
Alongamento dirigido		
Ballet		
Centro		
Diagonal		
Dificuldades isoladas		
Lançamentos		
Séries		
PF- força		
PF- velocidade		
PF - flexibilidade		
PF - resistência		

### APENDICE B – Questionário Aos Professores/Profissionais/2010

1. Nome: \_\_\_\_\_
2. Idade: \_\_\_\_\_
3. Qual sua função no centro de treinamento em Ginástica Rítmica?  
\_\_\_\_\_
4. Quanto tempo trabalha com Ginástica Rítmica?  
\_\_\_\_\_
5. Nível de escolaridade  
 Ensino Fundamental      ( ) Completo ( ) Incompleto  
 Ensino Médio              ( ) Completo ( ) Incompleto  
 Ensino Superior            ( ) Completo ( ) Incompleto  
 Pós-graduação              ( ) Completo ( ) Incompleto
6. Qual curso superior?  
 ( ) Educação Física  
 ( ) Outro. Qual : \_\_\_\_\_
7. Experiência prática com Ginástica Rítmica  
 ( ) Ex-ginasta    ( ) Nunca treinou Ginástica Rítmica  
 ( ) Técnico      ( ) Árbitro  
 ( ) Outro. Qual: \_\_\_\_\_
8. Fez algum curso específico em GR?  
 ( ) Não ( ) Sim. Quantos: \_\_\_\_\_
9. Fez algum curso relacionado á pedagogia da iniciação e treinamento esportivo?  
 ( ) Não ( ) Sim. Quantos: \_\_\_\_\_
10. Fez algum curso relacionado á arbitragem em GR?  
 ( ) Não ( ) Sim. Quantos: \_\_\_\_\_
11. Quantos dias da semana são realizados os treinamentos/aulas?  
 ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( ) 5 ou ( ) outros
12. Quantas horas/aulas?  
 ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( ) 5 ou ( ) outros
13. Quais são as categorias com que você trabalha?  
 ( ) Mirim    ( ) Pré-infantil      ( ) Infantil      ( ) Juvenil      ( ) Adulto
14. As ginastas têm preparação física dentro do conteúdo de treino? Quantos dias na semana são reservados para a preparação física das ginastas?  
 ( ) Não ( ) Sim. Quantos: \_\_\_\_\_
15. Qual capacidade é trabalhada?  
 ( ) Força ( ) Flexibilidade ( ) Coordenação ( ) Velocidade ( ) Resistência
16. As ginastas realizam ballet dentro do conteúdo de treino? Quantas vezes na semana?

- ( ) Não ( ) Sim. Quantas vezes: \_\_\_\_\_
17. Caso afirmativo:  
 Existe um profissional específico? ( ) Não ( ) Sim  
 Existe um local específico? ( ) Não ( ) Sim
18. Qual a metodologia de treino utilizada nas aulas?  
 ( ) Parcial ( ) Global ( ) Outras. \_\_\_\_\_
19. Sua equipe possui uma periodização técnica e física?  
 \_\_\_\_\_
20. Participam de competições?  
 ( ) Nunca ( ) Raramente ( ) Frequentemente
21. Quais?  
 ( ) Regionais ( ) Estaduais ( ) Torneios Nacionais ( ) Brasileiros ( ) Internacionais
22. Quais os conteúdos da GR que você julga serem os importantes para suas aulas?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
23. Qual a característica que você julga mais importante em uma ginasta?  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
24. Qual das provas da GR você mais se identifica?  
 ( ) Individual ( ) Conjunto
25. Experiências anteriores (outras atividades físico-esportivas) são levadas em consideração na escolha das ginastas?  
 ( ) Sim ( ) Não
26. Características do Centro de Treinamento  
 ( ) prefeitura ( ) particular com vínculo a clubes ( ) particular sem vínculo com clubes
27. Você sente alguma outra necessidade em relação a estrutura e organização do centro de treinamento?  
 ( ) Sim ( ) Não.  
 Quais: \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_
28. Tem patrocinadores?  
 ( ) Sim ( ) Não. Quantos: \_\_\_\_\_
29. Outras observações:  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

### APENDICE C – Questionário Para Os Alunos/2010

1. Nome: \_\_\_\_\_
2. Idade: \_\_\_\_\_
3. Nível de escolaridade: \_\_\_\_\_
4. Qual pessoa mais incentivou/estimulou você a iniciar com a Ginástica Rítmica:
  - ( ) pais
  - ( ) professor
  - ( ) outros parentes
  - ( ) iniciativa própria
  - ( ) amigo
5. O que te levou a praticar Ginástica Rítmica?
  - ( ) saúde
  - ( ) lazer
  - ( ) (participar com amigos e conhecer novos amigos)
  - ( ) outros: \_\_\_\_\_
6. Com quantos anos começou a praticar GR?
 

\_\_\_\_\_
7. Onde começou a praticar GR?
 

\_\_\_\_\_
8. Quantas vezes por semana você treina GR?
  - ( ) 2 vezes      ( ) 4 vezes      ( ) Outros: \_\_\_\_\_
9. Quantas horas por dia você treina?
  - ( ) 1    ( ) 2    ( ) 3    ( ) 4    ( ) 5    ( ) Outros: \_\_\_\_\_
10. - Você gosta de participar de competições?
  - ( ) sim ( ) não ( ) indiferente
11. Já participou de competições?
 

Quantas: \_\_\_\_\_

Quais: \_\_\_\_\_
12. Qual parte do treino você mais gosta?
 

\_\_\_\_\_
13. O que você menos gosta na GR?
 

\_\_\_\_\_
14. Qual aparelho você mais gosta?
 

\_\_\_\_\_
15. Você praticou ou pratica outra modalidade esportiva?
  - ( ) Não ( ) Sim

\_\_\_\_\_

**APENDICE D – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para a Realização de Pesquisa Envolvendo Seres Humanos.**

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO PARA A REALIZAÇÃO ENVOLVENDO SERES HUMANOS**

PROJETO DE PESQUISA: CENTROS DE TREINAMENTO DE GINÁSTICA RÍTMICA NO BRASIL:  
ESTRUTURA E PROGRAMAS

RESPONSÁVEL PELO PROJETO: Kizzy Fernandes Antualpa

ORIENTADOR: Prof. Ld. Roberto Rodrigues Paes.

Eu (atleta/responsável), \_\_\_\_\_,

Data de nascimento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_, RG \_\_\_\_\_.

Residente na Rua: \_\_\_\_\_, nº: \_\_\_\_,

bairro: \_\_\_\_\_ CEP: \_\_\_\_\_, Cidade \_\_\_\_\_ UF: \_\_\_\_

Atleta (quando idade inferior a 18 anos): \_\_\_\_\_

***Voluntariamente concordo em participar do projeto de pesquisa acima mencionado, o qual adotará os seguintes objetivos e procedimentos:***

O objetivo da pesquisa de campo é verificar a estrutura física dos centros de treinamento, profissionais envolvidos e o conteúdo do treinamento aplicado nestes locais.

- O estudo será realizado nos principais centros de treinamento do país.
- A pesquisa de campo será realizada nos próprios centros de treinamento nas datas previamente acordadas,
- Os procedimentos aos quais os sujeitos serão submetidos consistem em questionários, cujas perguntas poderão ser respondidas de acordo com as preferências dos sujeitos.
- A análise da estrutura física e do conteúdo de treino será realizada por observação e registro das aulas em forma discursiva e com imagens capturadas através de câmera fotográfica.
- Os sujeitos com idade inferior a 18 anos terão o TCLE assinado pelos pais, ou técnico responsável pelo seu treinamento no centro.
- Os sujeitos terão acesso ao trabalho final e seus resultados.
- A pesquisadora se responsabiliza pelo desenvolvimento da pesquisa e estará disponível para esclarecimentos sobre a mesma antes, durante e depois dos procedimentos aplicados.
- A pesquisadora se compromete em manter sigilo das informações confidenciais obtidas.

- É objetivo de a pesquisadora manter sigilo da identidade de seus sujeitos.
- Não haverá nenhuma forma de reembolso de dinheiro, já que com a participação na pesquisa não haverá qualquer tipo de gasto.
- Todos os sujeitos ou seus responsáveis receberão uma cópia do Termo de Consentimento Livre e esclarecido (TCLE).

Li e entendi as informações acima, e dúvidas futuras, que possam ocorrer, serão prontamente esclarecidas, bem como o acompanhamento dos resultados obtidos durante a coleta de dados, ou seja, a transcrição dos questionários e os dados registrados no diário de campo.

Declaro concordar em fornecer as informações solicitadas, sabendo estarem garantidos os esclarecimentos que eu julgar necessários, bem como a liberdade de me recusar a participar ou retirar o consentimento, em qualquer momento, sem qualquer penalidade e/ou prejuízo.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2010.

---

Assinatura do sujeito ou responsável

---

Kizzy Fernandes Antualpa  
Pesquisadora Responsável

---

Prof. Ld. Roberto Rodrigues Paes  
Orientador

Agradecemos a colaboração

Pesquisadora: Kizzy Fernandes Antualpa  
Tel: (19) 91005266  
Email: [kizzyantualpa@gmail.com](mailto:kizzyantualpa@gmail.com)  
Possui Currículo Lates

Prof. Ld. Roberto Rodrigues Paes  
TEL: 3521.6620 (Dep. Ciência do Esporte)  
Email: [robertopaes@fef.unicamp.br](mailto:robertopaes@fef.unicamp.br)  
Possui Currículo Lates

Comitê de Ética: TEL: 3521-8936